目录

佛教文化的价值观

——青海师范大学演讲[1]

『 2011年11月7日下午 』



顶礼句：

大悲摄受具诤浊世刹，尔后发下五百广大愿，

赞如白莲闻名不退转，恭敬顶礼本师大悲尊。

---

[1] 这场交流是索达吉堪布用藏语演讲，之后又根据藏文讲稿译成汉语。

今天能有机会与青海师范大学的各位老师与同学一起共同学习研讨，我感到非常高兴！

高兴的第一个原因是：青海师范大学，曾是泽丹夏忠尊者等诸位前辈大德倾注关爱精心培育、扶持的学校，加之该校诸位老师兢兢业业、孜孜不倦地教书育人，目前已经取得了可喜的丰硕成果。时至今日，该校已经成为藏族民众心中具有良好口碑与声望、综合实力极强的大学。

高兴的第二个原因是：我们这些身着佛陀袈裟的出家人，能融入这样的校园中，与各位同学一起促膝互动，平等交流“佛教文化的价值观”这一课题，的确令人欣喜。

我今天的发言主要包括以下三个内容：我的感受、佛教的价值以及我的希望。

一、我的感受

目前的现状已经告诉我们，藏族知识分子群体，也即受过大学以上教育的老师与学生们，都应该重视佛教与文化这两大主题。

1、传承藏文化势在必行

首先，我们藏族的语言与文化，在某些程度上，正面临着日益衰败的局面，想必在座诸位心里都很清楚。如今藏族人的群居区域，主要分布在一个自治区、十个自治州与两个自治县。具体为：西藏藏族自治区，青海省的海南、海北、玉树等六个自治州，甘肃省的甘南藏族自治州，四川的阿坝藏族自治州与甘孜藏族自治州，云南的迪庆藏族自治州等十个自治州，以及甘肃的武威天祝自治县与四川的木里藏族自治县。这些地方，被统称为藏族集聚地。

但遗憾的是，这些地区不懂藏文与藏语的人，却为数众多。按理来说，无论是藏族自治县也好，自治州也好，还是自治区也好，用藏文来完成日常事务，用藏语来沟通交流，是理所当然、天经地义的。但在目前的一个自治区，十个自治州与两个自治县中，包括政府工作人员、学校老师以及各个行业的从业人员在内，能运用我们自己的母语来工作、学习、生活的人，实在是少之又少。

不仅如此，你们也很清楚，在很多藏族聚集地，藏文与藏语也在逐渐被人们遗忘，并大有退出历史舞台之态势。

以这个地方为例，此处虽与宗喀巴大师的故乡——塔尔寺毗邻，但据说这一带的人都只会说汉语，而不会说藏语。

昨天一位出租司机就告诉我："塔尔寺的有些僧人，虽然念经发的是藏音，却根本不知道自己所念内容的意义。寺院附近的藏民，也都不会说藏语。"

与之相仿，我们甘孜藏族自治州，自古号称有"十八嘉绒部落"等众多藏族群居地。从得荣的泽让顿珠撰写的历史看来，这十八部落的领地，大多遍布于如今超过甘孜州十多个县的区域。但现在逐一观察，有些地方已经完全汉化，有些地方除了还保留着熏烧桑烟、供洒龙达等少许藏族风俗外，藏族的文化，特别是藏语言，大多已经从基础上彻底退化。



作为藏民族的子孙后代，我们将来的命运与前途，实在令人堪忧。如何才能寻找到一个万全之策，是每个人都应该深思的课题。

我不得不担心：再过十年、一百年或者两百年，恐怕我们藏民族所在的很多地方，就会流传着这样的说法："这个地方曾是藏族人的聚居地，如今已经是其他民族的生活区了……"这种忧虑并不是空穴来风，而是可能性极大。

事实上，作为宗喀巴大师故乡的原住居民们，已经退化成了不懂藏语的人，这又怎能不让人哀伤、遗憾？随着历史演变等因素的影响，这一趋势大有越演越烈之势。

像清朝，曾是一个横跨 200 多年之久的朝代，当时的统治阶层，掌控了从公元 1636 年，直至辛亥革命之间的国家大权。整个大清王朝，都是由满族人执政。当时的政府公文，也全部用满文撰写。

但在辛亥革命之后，政权又回归到汉族人手中。在辛亥革命爆发的 1911 年，孙中山建立了新的政权，至今（2011 年）已整整有 100 年的历史了。在这 100 年间，众多清朝的王权统治者，包括顺治、雍正、康熙等皇帝统领的所有王朝

沿袭下来的满族文化，也从根基上彻底坍塌。尽管当时的政务公文与文化领域等，一律弃用汉文与蒙文，而唯独使用满文，却仍然无法阻挡满文彻底走向衰落的结局。

如今，黑龙江省文史部门，保存了大量的满文文档，却找不到可以看懂其中内容的人。据 2009 年一项调查报告显示：目前认识满文的，仅有几个七老八十的老年人。这一现状，已经是全球公认的事实。

满族人口数量有 1000 万之多，远远超过了藏族人口数量。但他们的语言文化，却仍然会遭到近乎灭顶之灾的变异。所以，希望在座各位都能独自静下来好好想想：再过 100 年之后，我们藏族的语言文字，还能像现在这样完好如初吗？

如今存在着一个奇怪的现象：虽然在藏族地区生活工作的汉族人不计其数，但他们却丝毫没有藏化的迹象。以我所在的地方喇荣五明佛学院为例，在喇荣修学藏传佛教长达二十多年以上的汉族僧尼与居士不在少数，但其中却没有一个人变得只懂藏语，而不懂汉语。而在汉族地区学习的藏族大学生，或仅仅在内地城市工作五六年的藏族人，却在回到家乡之后，变得完全不会说藏语，或即使会说一点点藏语，也是不伦不类、半藏半汉、语言混杂的非标准口语，根本不会

说一口标准流利的藏语了！

在我看来，在座的大多数师生，都应为本民族文化地位的流失，承担一份责任。这的确是值得我们深思的一桩大事！

如今很多存留于世的满清文档，也因为缺乏认识满文的人而一直藏在“深闺”。最近，日本一个研究中心在研究现存的大量清朝文档时，需要将这些文稿翻译成其他文字，但据他们说：即使 100 个人一起翻译 100 年，也不可能完成这桩浩大的工程。

试想，如果按照藏文化目前的发展趋势进一步演化下去，我担心恐怕有一天我们的《甘珠尔》与《丹珠尔》等珍贵文化宝藏，也会因语言不通的障碍而沉睡在史料库中，最后不得不求助于美国、日本等国家的救援。

在座的大多数，是师范学校的学生，你们将来都会成为学校的老师。在老师的队伍中，既有令人终身难忘的出类拔萃者，也混杂着不少误人子弟的败类——不仅将学生引入歧途，自己也没有一点点世间的人伦道德、知识学问，更不要说出世间的种种功德品行，只是装腔作势地欺骗学生而已。

今年夏天，我偷偷去了一趟我们当地的学校。为了不被

人认出，我用披单蒙着头，所以别人也毫无戒备。尽管那天是星期五，但所有老师闲散地呆在草地上，一边喝着啤酒，一边打着牌。所有学生则留在教室里，其中有一些正坐着抽烟。全体师生们就是这样打发着时光，消耗着生命。他们的言行举止，真是让人打心底里感到失望！



2、重视藏传佛教是当务之急

另外，在如今的许多藏文大学或大学的藏文系中，对佛教或藏传佛教有所研究的人，真是少得可怜。在我看来，他们非常有必要在此方面投入一些心思。

因为“佛教是无与伦比的如意宝”，这是世间公认的比喻。正如“儿子不用父亲夸赞，而应由仇家夸赞；女儿无需母亲表扬，而应由婆家表扬”的说法一样，虽然我也认为我们藏族自己的藏传佛教有着鲜明的特色与优点，但这却无需由我们自吹自擂，王婆卖瓜式地向外人兜售藏传佛教的特长。很多汉族人、美国人以及日本人等世界许多其他民族的人，已经亲自从中尝到了甜头。他们通过学习、钻研与修持，都使心灵获得了极大的收益。

与之对比鲜明的是，如今我们藏族的大学教师们，却并没有对藏传佛教加以重视。随之而来的，是所有学生对佛教的一知半解乃至茫然无知等现状，这怎不叫人备受打击、遗憾之至？

作为藏族大学的师生们，我们应该明白一个道理：藏文化的根，就是佛教。如果没有很好地精通佛教，对藏文化的了知，就只可能是不够透彻、全面，无论深度还是广度，都有所欠缺的。虽然在短暂的一生中，很难对佛教有一个全面的认知，但了解其中的一部分或哪怕一点点，却是很有必要的。

最近，我去了内地的很多大学，那里的师生们确确实实

对藏传佛教，有一定的学修、研究与修持。在他们询问问题与相互研讨的过程中，就能深切地感受到他们那种令人称叹的觉知与体悟。反过来，我们藏区一些学校中的知识分子与广大领导们对佛教的认知，却远远达不到如此水准。这都是因为“文革”期间，很多人公然叫嚣“佛教是迷信不是真理”之类的口号，并恨不得除之而后快的余毒延续至今的后果。

事到如今，个别学校的人不但自己不学修佛法，还进一步攻击、污蔑佛教，认为“佛教是荒唐的迷信”之人，也不在少数。

虽说言论是自由的，如果理由、论据充分，提出反对意见也无可厚非。但假如详加观察就可以得知，他们自说自话的那些言论的根据，都是不符合事实与真理的胡言乱语。因为他们对佛教既没有机会加以研究，更没有时间长期抉择，既没有兴趣，也不懂真理，只是一味地信口开河而已。

我本人在长期修学佛法的过程中，深深地感受到：你们作为藏族青年，若能从年轻时代，就开始各自利用自己的母语，来认真修学佛法真理，寻求、感悟、体会父辈们传承下来的清净传家宝，不会有其他民族的人学习佛法那么大的障碍，至少消除了语言这个难以逾越的鸿沟。

如今国外的很多人，正艰难地克服着种种难以想象的艰辛，努力地修学着藏传佛教。以我所在的佛学院为例，美国等许多国家的大教授、博士生、博士后以及研究生等，正纷纷涌向这里，他们都情不自禁地对藏传佛教的种种特色与优越性交口称道，其中有些人甚至在这里削发出家，并留居至今；有的人则选择在这里住上两三年，其间刻苦学习钻研藏传佛教。

我不止一次地想到：如果我们本民族的知识分子们，却反而对自己本土所有的甚深妙法，一无所知、毫无感受，确实是让人深感遗憾！

事实也是如此，除了一些藏族出家人以外，在智能、能力与名望等方面，大学校园中的大学生与工作人员，应该算是藏族人中的佼佼者了。然而，这个群体成员的佛教水平与言行举止，却让旁观者在亲眼目睹之后，心里会掠过一丝不快，偶尔甚至会生起一股悲悯之情。

尽管我们这些藏族出家人中的一部分，会稍许对藏传佛教有一些闻思修学，但这毕竟只是整个藏族人口的九牛之一毛。虽然在各个藏区的农民与牧民中，有着手里拿着转经筒与念珠、口中念诵着观音心咒等优良传统，但却没有什么人

能从内心出发，以通达教理的方式进行全面系统的学习与修持。

在座的老师和同学们，都像商船的船长、商主一样，肩负着扭转、引导藏民族如今与将来去向与走势的光荣使命。但如果我们自己心里，都对藏传佛教没有一点真实的见解与体悟，那就真的有点令人大失所望了。

我今天不是来给你们说漂亮话的，我真诚地恳请大家能扪心自问、再三反思。如果我说的有什么不妥或有失周全的地方，也请大家能直接给我批评指正。我想，我也绝对不会恼羞成怒或刚愎自用的。

就像藏药没有被藏族人自己善加利用，而很多其他民族的人却对此兴致勃勃一样，在我看来，佛教这味疗治心疾最有效的灵丹妙药，也正面临着“墙内开花墙外香”的命运。如今在世界上的其他民族中，已经开始掀起一股信仰、修学藏传佛教的热潮。正如前面所说，虽然我们藏民族没有什么人实地修学藏传佛教，而其他民族的人却正在将其不断地发扬光大。譬如美国哈佛大学、耶鲁大学、哥伦比亚大学等十八所院校，都设立了藏传佛教研究中心。不但这些学校的老师们在研究藏传佛教，他们的学生也在学习藏传佛教。

譬如，哈佛大学教授杰妮特·嘉措（Janet Gyatso），她曾任国际藏学研究会（IATS）主席，哈佛大学世界宗教研究中心的纳玛达教授，随后担任美国社科院佛教分院负责人。长期以来，她一直坚持为学生讲解《前行引导文·普贤上师言教》。不仅自己学习并修持，同时也为其他人宣讲智悲光尊者、全知无垢光尊者等前辈高僧大德的窍诀。她撰写了《西藏妇女现在与过去的命运》一书，还翻译了大量珍贵文献，其中很多内容，在网络上都可以查询。其实，以美国为主很多国家的不少高等院校，都设立了佛教研究中心。

我不禁要问在座听众一个问题："你们学校有多少正在学习佛法的老师？你们学校有学习藏传佛教的中心吗？"我想，你们的回答只会是："我们学校没有佛教中心，学习佛法的人也寥寥无几。"

事实上，目前开设了藏文化专业的大学，也仅有青海省的青海师范大学、青海民族大学，甘肃省的两所大学，四川省的西南民族大学与北京的中央民族大学。但在这些学校中，学习佛法的场所与人员，也是寥若晨星。而其他学校也最多会学一点《入行论》和《前行引导文》，此外再没有更进一步广泛深入学习的内容，这实在太让人灰心丧气了！



我真诚地期望所有师生们将来能在研学佛法方面，多下功夫、多投入一些精力。身为研究藏文化的教师，应该在佛法方面，对学生有一些引导或指引，否则是说不过去的。

而在我们的学生当中，虽然有些人会念诵《普贤行愿品》、《极乐愿文》、《宗喀巴大师祈祷文》以及《度母赞》等。但如果问他们念诵《普贤行愿品》和《度母赞》的利益，他们的回答无非是：心里会感到很舒服、祈祷三宝可以帮助自己消除违缘等，除此之外，就不会有更好的答案了。如果要向他们询问《度母赞》中“顶礼至尊圣度母”与“顶礼怨魔之怨敌”等句子的意思，包括很多老师和学生，都答不上来。

同样，仅仅给《普贤行愿品》的颂词意义，做一个字面上的解释，也几乎无人可以胜任。与之相反的是，如今内地的老师学生等非藏族人士，却能头头是道地说出并解释很多佛法的道理。

要说藏区的农民和牧民不懂佛法，还情有可原，毕竟他们中的大多数人，根本没有最基础的文化知识，很多甚至连字都不认识。可是学历较高的知识分子，若对此都解释不来，那就值得我们好好反思了。

据有些文史资料记载：文化大革命让藏地的七千多所寺院毁于一旦，所有寺院的泥塑、石刻等佛菩萨像，都遭到了毁灭性的打击。但在我看来，这些损失并不是致命的。我们都清楚，假如人们心中仍存着佛法的见解，则外在的建筑、塑像很容易恢复如初。但事到如今，“文革”时期播种的邪见与诽谤习气的种子，却已经在生根发芽，并结出了丰硕的果实。文革余毒的破坏作用正在日益扩展，欲以污蔑诋毁等伎俩置佛教于死地的人，也风头正劲。

虽然并不是所有的藏族人都必须信仰佛教，但至少诸如无中生有地对佛教说三道四、吹毛求疵的做法，却是毫无道理的，所以不应该有市场。

我个人认为，在未来的大学校园中，没有佛教的研学机构，是十分不合理的。如今在内地，像南京师范大学与北京的中国人大等学府，都设有佛教的研究中心。尤其值得一提的是，中国人大本是为政府部门培养高精尖人才的摇篮，但该校却本着开放的态度，聘请了国外很多上师到该校任教，并长期坚持保留着大小乘佛教的讲学、修习与研究工作。清华大学与北京大学，虽然没有专门的藏传佛教研究机构，但也都有着许多佛教的研学机构与社团，那里的很多老师，也正在修学佛法。在为数不少的内地其他大学中，也设立了佛教的机构与专业，很多师生们也在勤奋地学习佛法。

然而，正如前面所说，我们藏族的知识分子阶层，却像喝了“惊魂水”，总是杞人忧天地恐惧、担忧如果修学或弘扬佛法，会不会影响乃至毁坏自己的地位和前程等等，所以一直战战兢兢、畏缩不前。如今的藏族年轻人，不仅不信仰三宝，也对佛教一窍不通，这都是因为在唯物主义与无神论的环境中熏陶培养、逐渐成长的必然结局。

不要说在大学校园中，即使在出家人的队伍里，也混迹着身穿僧衣，口中却声称“杀生没有太大过失”、“为了我们的繁荣富强，杀生也是有必要的”、“佛教是社会前进道路上的绊脚石”等言论的败类。

佛教是不是社会进步的绊脚石？的确值得大家思考。其实，佛教应该是真正的内心科学。如果内心科学都不存在，仅凭外在的科学与金钱，是不可能有什么好处的。事实证明，世上有很多人尽管家财万贯，却无法获取今生来世的快乐幸福。众所周知，最近，“苹果”手机创始人乔布斯，年仅五十便离开人世。有些新闻中说，他拥有逾 700 亿美元的家产，但在临死的时候，除了佛法以外，其他任何身外之物，都没有给他带来一星半点儿的帮助。

他曾只身一人前往印度及很多地方修持佛法，并获得了“不畏死亡”的境界。他说：“生命是无常的，如果能把每一天都当成生命里的最后一天，你将在某一天发现，原来一切皆在掌握之中，包括死亡。”像他这样全球首屈一指的富豪，在临死的时候，万贯家财都无济于事，唯有内心的佛教修证，才是唯一的依靠和救星。由此可知，即使繁荣发展，也应该建立在内心强大的基础之上。

你们也许听说过朱清时教授的大名，他曾担任中国科技大学校长多年，他的很多话让我钦佩不已。他曾用了八天时间前往藏区，参拜了众多高僧大德。回去之后，发表了一系列公正客观的言论，其中最主要的意思是：佛教是内心世界的科学，对人类有着极其深远的意义。

他还曾说过一句著名的话："当科学家千辛万苦爬到山顶时，佛学大师已经在此等候多时了！"这些内容不是凭空捏造，你们可以很容易地在互联网上查找到。

他身为科技大学校长，长年从事科学研究工作，对科学的结论，自然也是承认的。但他都能对佛教做出正面的高度评价，我们是否应该好好思维一下像他这样公正诚实的学者们所说的话呢？

不过，我们藏族中的个别人，却像格言所说："如同老狗狂乱吠，群狗亦是随声奔。"在来不及观察、智慧极端匮乏的情况下，人云亦云地重复着"文革"时期的论调，大张旗鼓地批驳佛教。这不但没有任何价值，甚至会成为让自己来世感受痛苦的因。

综上所述，在第一个问题中，主要阐述了在目前的很多大学校园中，几乎没有研究、修学佛法的机会。我们应该在各大高等学府中，极力提倡研学佛法的风气，并制定出相应的考核办法。

本来，诸如《前行引导文》、《菩提道次第广论》、《缘起赞》、《入行论》等论著，都属于藏地的传统文化，理应认真

研学。既然内地与其他地方都在兴致勃勃地学习上述论典，我们为何反而对其兴致索然呢？这其中并不存在什么违反有关政策的危险！

作为大学生，你们不能以为：所谓佛法，仅是口中念诵观音心咒，手里摇着转经轮。佛教的核心精髓，是对见修行、业因果等的诚信不疑与坚定信念，这一点是非常重要的。

二、佛教的价值

1、以公正的态度寻找真理

诸位若想了解佛教的价值，也并非轻而易举之事。包括世间规律也是如此，若想知道某件事或某个物质的价值，也是比较困难的。但如果真想对佛教一探究竟，首先要抱着公平正直的态度，不能说自己是佛教徒，对方是唯物主义和其他宗教，所以一概否认。而必须本着公正的立场善加观察，以寻求真理的态度详加决断。这，是佛教的关要，我们也一直坚持在往这个方向走。

正如《胜出天神赞》所云：“我不执佛方，不嗔淡黄等，谁具正理语，认彼为本师。”我不会顽固地执守佛陀的宗派，也不会以嗔恨的心态反对淡黄等外道宗派，谁的见解符合真

理，我就将其认定为本师。我们也应该这样，无论汉族、藏族，科学家、唯物主义者，还是美国、日本、德国等任何地方的任何人，只要他的言辞符合客观真理，我们就拜其为师，并洗耳恭听其教诲。反之，如果谁的说法明明不符合真理，我们就不能黑白不分地硬说他的观点正确，并盲目崇拜恭敬。这才是寻求真理的态度。

寻求真理，一直都是佛教的主要特色，所以，我们应该本着实事求是的态度详加抉择。哪怕是佛陀的言教，也应该观察。包括佛陀的后学者怙主龙猛菩萨与具德月称菩萨等前辈论师的学说，也应该加以观察。佛经中也说过："比丘或智者，当善察吾语，如炼砍磨金，信受非唯敬。"也即是说，即使身为出家人或在家智者，也应当首先观察、抉择、研究佛陀的言教，并作出决断，之后再认真修持。文殊怙主萨迦班智达也说过："不询不辩于学者，不知学识之深浅。"对任一所学论典，都能以此观察，是十分重要的。

当然，我不知道在座的同学们，是否有条件在短短的时间内做到明查细审，但如果身为教师，则不能不仔细审验了。因为众多学生未来的前途和命运，都与老师们的认真负责息息相关。可悲的是，如今大多数老师与同学，已经将全副的精力，都投入到金钱财富上面了。如今的社会，不是文化教

养挂帅的社会，而是政治经济大行其道的社会。谁要是稍有一点点政治地位，即使没有文化、品行恶劣，也会受到大众的恭敬谄媚；即使没有其他本事或长处，只要有钱，就能获得别人的阿谀奉承。在这种社会风气的带动下，很多学生未来的“远大志向”，不是“我要如何服务大众，利益众生”。整日的心思，都在盘算着“我将来能得到什么样的地位、权利等好处”等等。

最近，据一所学校的统计资料表明：所有大学生，都面临着三座大山的压迫。其中第一座山，是男女感情的大山，所占比重为 32%；第二座山，是人际关系的大山，所占比重为 27%；第三座山，是担心未来生存就业的大山，所占比重为 25%；剩下的部分，则来自于其他压力。前段时间，我去了内地的某所师范大学。该校大多数汉族人询问的问题，也无非是“我将来能找到什么样的工作”、“我能买得起房子和汽车吗”等。这都是因为内心有这样的惶恐，才会问出来的。

如今的社会，真可以说是物质财富的社会。但即便如此，我们也应该像格言中所说“虽此大地满恶人，然当自持高尚行”，好好地自我掂量一下，看看自己能否往高尚与贤善的方向迈进。就如前面所言，像冶炼、切割、打磨金子一样观

察抉择佛法，也是十分重要的。这样观察后就能发现，其他学说与佛法二者相比，后者无疑更为超胜。如《殊胜赞》云：“越发深思维，外道诸论典，越于怙主您，信心更增胜。”的确，越是观察外道等的论典，越能凸显出佛教论典的优越与特长。

就我个人而言，以前在学校里学习心理学、物理学，乃至量子力学等时，产生过各种各样的疑惑。后来学习佛教理论以后，佛陀独特的思维模式，不但让我以前积攒的所有疑虑迎刃而解，同时，也让我对佛陀生起了坚定的信念与无比的信心。

2、以万法皆空来抉择佛教为真理

有人总是会心存疑虑：“佛教到底是真理还是谬论？”诸如此类的问题，始终难以排解。

在我看来，虽然建立佛陀为量士夫等很多渠道，都可以解答这些疑团。但其中最主要、最能以理服人、最颠扑不破的理由，是一切万法为空性的理念。这是证明佛法为正量、为真理最有效的一招。正如圣天论师在《中观四百论》中所说：“若于佛所说，深事以生疑，可依无相空，而生决定信。”

若对于佛陀所宣说的前世今生、业因果、心的奥秘、宇宙的形成等隐蔽深奥之法，存有真假与否的怀疑，则首先应从剖析空性入手。通过缜密细致的层层推敲，不但可以将上述问题一扫而空，同时也能发现：除了佛陀以外，其他任何世间凡夫，都永远不可能阐释出如此精妙周全的学说。自然而然地，你不得不对佛法生起坚如磐石的信心。大智者根登群培也说过："愈近物本性，智者更难诠，诸法微妙性，远离言思境。"越是靠近物质实相，即使是才高八斗的智者，也难以表述，因为一切万法的实相，本来就是超离语言与思维之境的。正如《罗睺罗赞般若颂》所云："不可言说智慧到彼岸，无生无灭虚空之体性，各别自证智慧之行境，顶礼三世诸佛之佛母。"

尽管万事万物的法性，超越了语言与思维，但无论在座的老师与同学们中谁愿意去修持，都绝对可以一窥其隐秘、甚深之堂奥。如今内地很多的知识分子，对修学中观、菩提心等法门颇有心得。要了知万法实相，就必须有修学的体验。指导修学最主要、最可靠的教材，是怙主龙猛菩萨的《中观根本慧论》。

前苏联科学院著名教授斯彻尔巴次基（Th.Stcherbatsky）就说过："龙猛菩萨的中观缘起空性，与黑格尔辩证法之间，

具有重大、亲切的类似。”听到这种说法之后，我想黑格尔的学说一定很不错，所以花了一些功夫潜心钻研黑格尔的论著。结果发现，黑格尔的思想不过是龙猛思想法海中的一滴水而已，因为他连龙猛思想的部分皮毛都没有通达。



的确如此，《中观根本慧论》一开始两个偈颂的顶礼句“不生亦不灭，不常亦不断，不一亦不异，不来亦不去。能说是因缘，善灭诸戏论，我稽首礼佛，诸说中第一”，就已经告诉我们，这部论著，已经广泛地阐述了中观的大缘起因。

一般来说，抉择诸法空性，会用到观察因的金刚屑因、观察果的破有无生因、观察本体的离一多因，以及观察整体

的大缘起因等。

关于离一多因，对雪域藏区有着不可比拟之恩德的大堪布静命论师，就在《中观庄严论》中写道："自他所说法，此等真实中，离一及多故，无性如影像。"意即：所有轮回、涅槃、器世间、有情世间所摄的一切万法，都没有自性。无论一体还是多体，都无法成立，就像影像一般。这就是以离一多因的方式抉择空性。

可以毫不夸张地说，即使是世间最聪睿超凡的科学家，也无法深入全面地领会上述意义。尽管爱因斯坦等人，在量子物理学方面，提出了很多相似于佛法的理念。爱因斯坦本人，也成了世人心目中当之无愧的大智者。但我想，即使是他，也很难如实地彻证上述甚深之义。至于一般的知识分子，恐怕就更难理解佛法深广精妙的空性之义了。

记得几年前，被世人称为"爱因斯坦第二"的英国剑桥大学教授霍金，就曾以量子力学为主题，在清华大学做过精彩的演讲。出乎他意料的是，他刚讲了一会儿，台下的很多师生就已经睡着了。霍金见此情景，懊丧、伤心至极。他不禁感叹道："想不到在如此著名的学府，我这些不为常人所道的关于量子力学的深奥学说，不但不能被人理解，而且会

枯燥无味到成了催眠曲的地步!”霍金哪里知道，他那些接近于佛法的弦理论、多维空间等理念确实太深奥，一般的世间智慧又怎能与此一拍即合?所以，如此伟大的科学家，也不得不遭受曲高和寡的命运了。

同样，若有人想尝试着在藏区的大学生中，宣讲佛教的大缘起因与离一多因，也绝对会让听众不明就里、心思恍惚、倦倦欲睡。但如果有什么影视歌舞大明星驾到，想必这些追星族们会一下子兴奋异常、欢喜雀跃。

此外，观察因的金刚屑因，在月称论师的《入中论》中，以“彼从彼生无少德，生亦复生亦非理……尽生死际唯种生”破自生、“火焰亦应生黑暗，又应一切生一切”破他生、“计从共生亦非理，俱犯已说众过故”破共生、“无因不待他，应成恒有无”破无因生等推理，进行了抉择。若能对此深入思维，任何人皆会受益匪浅。否则，只是将《三十颂释·善说如意树》、《精要明镜论》等正字、诗学方面的典籍，当成了藏文化的全部，认为通达了这些便通达了一切，这实在是大错特错。

曾有一次，某个大学的学生对我说:“佛陀讲的有些道理也不对。就拿《心经》来说，里面讲‘无有眼耳鼻舌’,

可是我们明明有眼睛、有鼻子，这岂不是自欺欺人吗？”

听了他的这番“高论”，我只是笑笑回答：“你如果好好学习佛法，将来自会明白的。”此外也并没有驳斥他的错误观点。为什么呢？因为他对佛教一无所知，我若跟他讲“这些在胜义中没有、世俗中有”，他根本分不清何为胜义、何为世俗。在他的眼里，佛陀连基本常识都不懂，这样的智慧浅薄无比，甚至连他身边的老师、同学都不如。

其实，一个人若想观察他人如何，自己至少应具备一定的智慧。否则，“爱观察之寻思者，悉地距己万里遥”，自己的小聪明，只会成为危害自己的因，就像我们藏地有些人爱耍弄刀枪，他们自以为这是一门学问，却忽略了武器在伤人的同时，也很容易反噬自己。贡唐江博阳就曾说过：“具双刃之慧剑，若是过分挥舞，有断自头之险。”所以，一个人所掌握的知识，本来是对自己有利，但若没有用得恰如其分，到头来也可能害了自己。

总而言之，在座的各位老师、学生，对于以上介绍的空性意义，去学习、实修是相当重要的！

3、佛教可解除我们的痛苦

当然，印度圣境内释迦牟尼佛及其追随者所传下来的教典，以及藏地雪域萨迦、格鲁、宁玛、噶举等各派大德所撰著的论著，可以说浩如烟海、堆积如山。在当今五浊横行的末法时代，我们利用短短的一生，想圆满学完这一切经论，真可谓难如登天。但即便如此，若能尽量抽出时间，学一些让自己临死时不会后悔的善说，这也非常有必要。

对你们在家男女来说，真正学习的机会少之又少，如今不管是外在的环境、还是内在的身心，所带来的痛苦经常此起彼伏。诚如圣天论师所言："胜者为意苦，劣者从身生，即由此二苦，日日坏世间。"有权势地位的富人，内心时时被忧苦所扰；缺衣少食的农民、牧民，身体常常要饱受苦楚。所以，不管是什么样的人，不为痛苦所恼的，一个也没有。智者根登群培也说过："高官心里有大苦，小民身上有小苦。"

既然机会如此难得，你们在学佛的过程中，一方面要总体上修学佛法，同时，尤其要修学菩提心和空性。若能在寺院的上师、格西面前，首先听闻一些这方面的教义，之后通达其中的内容，并对别人进行引导，这才是最有意义的。

一般来讲，藏族人从小就对三宝很有信心，可是如今，许多年轻人、尤其是学生，在这方面却比较差。像你们青海

这边，对藏文化倒是非常关注与热爱，可是对佛教的认识，却还有极大的空间有待提升；而康巴、拉萨那一带，对佛教有着不共的信心，然而传承藏文化的理念却相当薄弱。尽管在每个藏族人的心目中，佛教的地位无与伦比、不可取代，但是具体应该以什么方法来修行，不少人还是懵懵懂懂、不甚了了。

其实，且不说别的，单单就是为了自己的利益，修行佛法也非常关键。如今美国有许多大学，对佛教的禅修极为重视。他们做过一些试验，让个别人在 7 天中修大悲心等，然后对禅修前后的状态进行对比。结果，令人惊讶地发现：一个人在禅修之后，性格柔和、心情快乐、身心无有疾病等，跟以前比起来，确实有了明显的改变。

如今汉地和很多国家，都已认识到了藏传佛教的价值，并对此越来越感兴趣。之所以会这样，也是他们的身心由此得到了真实利益，而并不是一味地人云亦云。毕竟，他们也是有智慧的人，假如从藏传佛教中一无所获，又怎么可能对它盲目地崇拜?

因此，卫藏、安多、康区等地的藏族人，无论在家还是出家，都应齐心协力继承和弘扬藏传佛教。俗话说得好：“众

人拾柴火焰高。”只有依靠大家的共同努力，未来才有可能出现令人可喜的成果。

与此同时，我们对藏文化也必须要竭力保护。上师如意宝曾说过：“如意宝自拥有时，务必用其成大事，一旦落入怨敌手，此时后悔也无用。”六世达赖仓央嘉措也说过：“如意宝自拥有时，务必充分利用彼，一旦落入他人手，追悔莫及令心伤。”这些教言，确实非常契合当今的现状。

所以，我们藏族人理应学习自己的文化，对此产生一种信心和定解，而不要将保护藏文化只停留在一些口号上。一个人若看不出珠宝的价值连城，就有可能将其卖给别人，同样，对于藏文化，我们一定要先懂得它的价值，如此才能真正去重视它。

以上是我对佛教价值观的一些浅见。

三、我的希望

最后，我对各位有三点希望：

1、活到老，学到老

大家在一生中应不断学习，这一点非常关键！不论是你们已经有工作的，或是还没有工作的，都不应该放弃广闻博学。萨迦班智达曾说："即使明早要死亡，亦应学习诸知识，今生虽不成智者，来世如自取储存。"可见，学习知识，对我们的今生、来世都有极大利益，大家对此一定要铭记在心。



其实，单单从世间层面来讲，学习也是不可缺少的。美国作家海明威有一部小说叫《老人与海》，在撰写的过程中，他曾反复校阅过 200 多次，并最终以此获得了 1954 年诺贝尔文学奖。尽管如此，他仍非常谦虚地说："我要学习写作，当个学徒，一直到死。"

如今有些领导，获得了地位以后，就把一切书本束之高阁，对学习基本上没有兴趣了，如此下去极不合理。故希望

大家能活到老、学到老，最好不要放弃学习。

2、世间正见不可缺

具有世间正见，也是极为关要的。龙猛菩萨说过："世间之正见，谁人若具足，彼于千世中，不会堕恶趣。"那么，何为世间正见呢？简单来说，即是承许前后世、业因果。

然而，现在许多藏族人，对于杀牛无动于衷，甚至有些年轻男子以抢劫为生、年轻女人以卖淫度日。诸如此类的很多人，逐渐堕入了与以往藏族清净、高尚的特质完全相悖的丑恶深渊，这就是没有世间正见所致，故希望大家一定要了知前世后世，懂得因果取舍。

当然，因果是极为甚深的，有些虽然暂时用肉眼看不到，但看不到不一定就没有。大持明者晋美朗巴在《功德藏》中告诉我们："高空飞翔金翅鸟，虽暂不见身影现，然与其身无离合，因缘聚合定现前。"意思是说，当金翅鸟翱翔在高空中时，它的影子暂时看不见，但是并非没有影子，最后无论它降落在哪里，黑乎乎的身影就会出现在此处。同样，今天你所造的任何恶业，虽不一定立竿见影、马上受报，但是到了来世，乃至来世的来世，苦果不可能不降临到你的头上。

《俱舍论》中也讲过，业果有顺现法受业、顺次生受业、顺后受业等诸多分类。所以，一个人就算造了业，果报也不一定马上现前。可是一旦它真正现前了，即便是佛陀的妙手，也无力回天。佛经中亦云："诸佛无法水冲罪，众苦亲手亦不除，自之证悟非移他，说寂法性令解脱。"

然而，有些人的心邪见蔓延，就算听到佛陀的语言，也嗤之以鼻、不以为然，这样的人实在难以调化。正如弥勒菩萨在《现观庄严论》中所言："如天虽降雨，种坏不发芽，诸佛虽出世，无根不获善。"天王虽然降下妙雨，但被烧坏的种子不可能长出庄稼，同样，被邪见所左右的人，不管出家还是在家，都很难得到佛法的真实利益。

这种人常以嗔恨心诽谤佛法，造下了弥天大罪，可是一旦死亡来临，对大多数藏族人而言，不管昔日曾做过什么，此时仍会向佛法求救，不皈依三宝的极其罕见。因此，希望有些人还是应尽早醒悟，从现在开始，精进地修学佛法也为时不晚。

常言道："自己都不救自己，岂望别人来救护？"又云："瑜伽士乃自调伏，牛尾巴为自甩动。"佛陀也说过："自为自怙主，他人焉能怙，造恶抑或善，自为自见证。"因此，

自己就是自己的怙主，也是自己的老师，造恶或行善的唯一见证，除了自己、没有别人。

所以，在座的各位以后选择善还是恶，这完全由自己决定。若想老师、父母一辈子都守护你，这是不可能的。每个人的人生轨迹，只能是自己去走，故望大家在弃恶从善方面，务求谨慎、小心翼翼。

总而言之，慎重取舍因果、护持世间正见，是我的第二个希望。

3、尊重每一个生命

我最后的一个希望是：不管老师还是学生，都应懂得佛教的价值，尤其要以慈悲心维护一切众生，并做到不害物命，这一点极为重要！

如果我们对生命价值方面的知识，经常了解、学习、研究，就会懂得如何关爱地球上的生命。尤其是若能将心比心、易地而处，就会明白损害其他众生极不应理。佛陀在经典中曾说："以自身为例，切莫害他众。"寂天菩萨也说过："除令有情喜，何足报佛恩？"

对我们自身而言，一根小小的针扎在身上，都会痛得极其难忍，那么，用刀去割断众生的脖子，剥夺其生存的权利，它又会有怎样的痛苦？可想而知。

因此，身处屠场待宰的动物，乃至蚂蚁以上的生命，都应该值得我们爱护，万万不可随意杀害。大智者根登群培也说过："佛教的特点，是一群具有悲心的比丘，以连蝼蚁都不杀害的行为，感动了整个世界的东西方。"

然而，如今藏地的个别人，去饭店吃饭时，动辄就点杀鲜活的鱼、虾、蛇，然后肆无忌惮地大快朵颐。还听说有些长胡子的人，在吃虾时狼吞虎咽，胡须和虾须都混在了一起——当然，这种现象是不是真的，我也无从考察。但不管是真是假，大家都要清楚，这是非常不好的行为。

所以，我们一定要有良知，通过学习《入菩萨行论》等论典，培养自己的菩提心。若能如此，就算没有修成其他善法，也不会有什么可遗憾的。诚如华智仁波切所言："修心修心修自心，若以菩提心修心，无有身语其功德，获得解脱无有余。"这里就讲到了，菩提心如果修成了，即使身语等其他善法一无所成，其结果也是除了解脱以外，不会有第二条道路。

萨迦班智达也说过："若失菩提心之要，他法妙亦不成佛。"倘若失去了菩提心的要点，纵然其他的法再高、再妙，也很难依此而修行成佛。

当然，假如你们对菩提心，实在难以通达并修持，那至少也应具有一颗善心，经常想着："我如果能利益这些众生，该多么好！"如此也非常善妙、令人称道。宗喀巴大师就曾说过："心善地道亦贤善，心恶地道亦恶劣，一切依赖于自心，故应精勤修善心。"

所以，恒时尽己所能地生起善心，并尽量饶益自他一切众生，是我最后的一个希望。

结 语

今天因为时间关系，这场讲座就到此圆满了。

往昔，宗喀巴大师曾以无上发心，将佛法如意宝从东海，弘扬至西方的那兰达热之间，并发下宏愿："了知佛法于佛生信者，恒常遍及一切十方界。"同样，今天我也在此祈愿：愿人们能真正通达佛教的真理，并对佛陀的功德生起无谬的信心，愿这样的智者遍于广阔无际的一切世界。

吉祥如意！感恩大家！



附：

青海师范大学问答[2]

『 2011年11月7日下午 』

（一）问：我是该校的一名老师，想请教您一个问题：在当今这个经济时代，我们藏族无论老少，心灵正在被日益侵蚀。尤其是年轻一代的身上，几乎看不到尊老爱幼的美德，高尚的行为也化为了乌有。请问，这是什么原因导致的？对于他们这些不好的心行，您有什么方法可以挽救？

答：这个问题在当前来讲，的确很现实！现在许多藏族年轻人，性格上有了很大的变化，究其原因，一方面是跟教育有关，另一方面也跟他们的信仰有关。

就拿汉地来讲，往昔曾有无数令人称道的美德善行，尊老爱幼的优良传统，也自儒教的孔子、孟子、荀子起，数千年来一直源远流长。可是如今，这种美德却被盲目的平等主义取代了，许多人打着“平等”的旗号，声称长辈与晚辈要

[2] 这场交流是索达吉堪布用藏语演讲，之后又根据藏文讲稿译成汉语。

平等、老师与学生也要平等，尊师重道反而被视为一种落后。所以，在我们藏地，也不可避免地受到了这种思想的波及，现状确实令人担忧。



当然，这种现象，跟“文革”的余毒也有很大关系。当年，人们认为古代传统是统治阶级剥削、压迫劳动人民的工具，进而对其恨之入骨，通过长期的阶级斗争，恨不能将古代传下来的东西，全部都斩草除根、统统不留。这种错误的观念，其破坏力非常之大，如今在汉地、藏地也仍有市场，不少人还将此奉如圭臬。除此之外，唯物论所宣扬的理念，也在藏族年轻一代的心中日益扎根，致使他们对三宝没有信

心，对长辈缺乏孝顺，对造恶无惭无愧等等。

那么，如何才能改变这种现状呢?

我觉得，首先，教育的导向至关重要。你们作为老师，理应用藏族的传统文化，正确引导学生的人生；我们作为出家人，也应对以僧团为主的有缘众生，进行这方面的教育。同时，我们还要前往其他地方，在农牧民的群体中，广泛弘扬藏族的传统文化，以及相关的人生格言、佛法教义等。只要我们坚持不懈、持之以恒，很多人的心就会逐渐改变，慢慢生起信心、慈悲心、善心。以此，藏族才会成为真正的藏族，并能长久留存于世。

否则，环境的影响是非常巨大的。一般而言，弱小的民族被强大的民族所同化、吞并，这在全世界来讲，也是不可阻挡的一种趋势。假如我们不珍惜本民族的文化，到了最后，自己的传统荡然无存，内心的慈悲点滴不剩，这不仅仅是藏族的悲哀，也是全人类的悲哀。

当然，若想扭转这种命运，对我而言，就像佛教的一个比喻中所说，犹如失去双臂的母亲，眼睁睁看着独子被河水冲走，自己却无能为力一样，看到藏文化日渐衰退，我虽然

清楚地知道这也不对、那也不对，却找不到一个行之有效的措施，可以真正地力挽狂澜。正如刚才的比喻中所言，断臂的母亲因为缺乏双手，自己明明心急如焚，却对落水的孩子无可奈何，同样，我们由于内外的各种因缘所致，如今想要一下子改变人们的性格，也可以说是难如登天。

但无论如何，大家也不能就此放弃，而务必要竭尽全力。我们身为出家人，尚且能不顾一切艰难困苦，前往各地弘扬藏文化，甚至为此举办一些扫盲活动，你们在家师生就更应当义不容辞了。同为藏族人，我们有着同样的血脉，所以，藏族未来的命运，每个人都应该放在心上，并力所能及地做一些事情。哪怕你只有十来个学生，也要想方设法引导他们往好的方面发展，把他们不好的习性改变过来，这一点极为重要！

（二） 问：我代表在座的各位，对堪布为我们的演讲，表示衷心的感谢！我的问题是：关于佛教，藏地、汉地、国外的许多智者，各有不同的说法：有些说是唯物，有些说是唯心，有些说是有神论，有些说是无神论。那么在您看来，这四种说法中，佛教到底属于哪一种？为什么？

答：从究竟的层面来讲，无论认为佛教是有神论、无神论、唯物、唯心，都不能完全成立。月称论师曾说过："彼观名言亦非理，汝所计生由何成？"在胜义中，轮涅所摄的器情世界万法，皆无有自性，既不属于任何一派，也远离了一切承认。正如龙猛菩萨所言："我无承认故，我即为无过。"故而，大乘最究竟的见解，不偏堕任何一方，佛教不属于这四者中的任何一种。

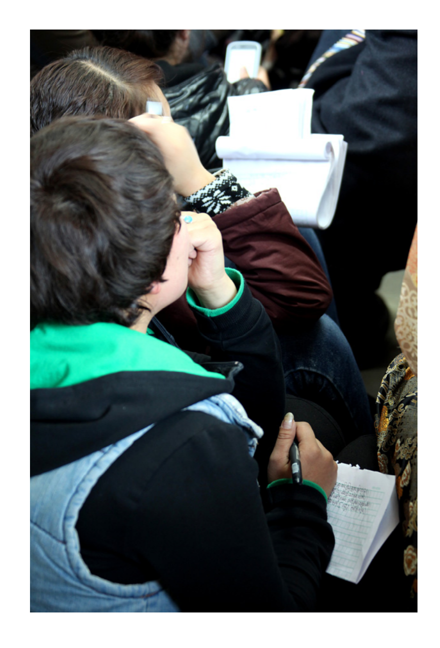
但暂时而言，根据众生根基不同所安立的不同层次的教义，与这四种说法也各有相似之处。比如，有实宗承许实有之法存在，可以算是一种"唯物"；唯识宗认为万法皆由心造，可以算是一种"唯心"；胜义中，一切圣尊、咒语都不存在，可以称之为"无神论"；世俗中，一切圣尊、咒语都真实不虚，又可以叫做"有神论"。

这些观点彼此互不相违，因此，你上面提到的四种说法，跟佛教有一定的相似之处，但并不能完全涵盖佛教。以此也可以了知，佛教的智慧能够涵摄一切学问。

（三）问：我是本校的一名老师，首先代表今天在场的各位朋友、老师，乃至其他部门的人，由衷感谢您这次

所带来的演讲！在我们藏地民间，有很多人信仰佛教，这方面也有大量的仪轨，内容多为修持护法、本尊等。当然，修这些也是佛教的一种行为，但在您看来，这些是不是真正的佛教呢？

答：这位老师问得很好！从藏族以前的传统来看，大多数人都认为，佛教只是念经、祈福、做佛事等等，这也是漫长历史所留下来的习俗。然而，以仪轨来诵经祈福，实际上只是佛教的一部分，却不是它的根本。



真正的佛法，诚如世亲论师所言："佛之妙法有二种，教法证法之体性，持教法者唯讲经，持证法者唯修行。"佛法分为教法、证法两种，其中，文字上的三藏教典叫"教法"，内心中生起信心、菩提心等三学功德叫"证法"。依靠闻思修行，证达了佛法的真实境界，则称之为"受持正法"。

我们平时念诵仪轨，供修护法、本尊，不能说这不是佛教，但也不能说佛教就仅限于此。真正的佛教，需要了知佛陀的功德，并对佛法生起理性的信心。就拿皈依而言，至少要懂得皈依的功德、皈依的方法；发菩提心的话，也要精通菩提心的功德及其理论。

你们老师和学生当中，有些人也经常念经，这个习惯非常好。不过，念经若只是为了心情舒畅、办事顺利，这还远远不够，而一定要懂得观修方法，及其前行、正行、后行等道理。当然，这其中最关键的，还是要从心坎深处皈依佛陀，并对此生起理性的信心。

因此，修学正法，才是佛教的核心。如今汉地有许多信徒，常常到寺院烧香拜佛，但是不懂佛理的话，学佛只能停留在形象上，很难触及到佛法的本质。所以，真正的学佛，必须要懂得佛教的教义，这对出家人、在家人来说，都不可缺少。否则，仅仅是佛教的个别行为，这些不能称之为正法。

鉴于此，近几年来，我们一直呼吁各地的在家男女、出家人，务必要修学正法。毕竟佛教的意义相当深奥，没有系统学习的话，不可能轻而易举就通达。像世间的学问，尚且要依次读完小学、初中、高中，花费十多年的时间，一直学

习课本知识，那么佛教的教义更为甚深、广大，不去学又怎么可能明白？所以，大家一定要系统学习，如此才会懂得佛教到底是什么。

（四）问：很感谢您不辞劳苦地来到青海师大，为我们宣讲“佛教文化的价值观”，我实在是感激不尽！今天您所演讲的内容，主要是藏文化的现状及其价值、特点，并告诉我们如何保护它，尤其谈到了佛教的价值观，这些都值得每个人深思。其中，您说到佛教是心灵科学，请问，佛教与科学之间关系是怎样的？将来社会发展的过程中，科学重要还是佛教重要？

答：佛教，如今被称为内在的科学。像著名的心理学家荣格，在研究多年心理学之后，接触了藏传佛教的《西藏度亡经》，发现它对自己的心灵有极大帮助，于是认定佛教是一种心灵科学，并对此给予极高的评价。同样，科学家爱因斯坦也认为：“如果有一个能应付现代科学需求，又能与科学相依共存的宗教，那必定是佛教。”

佛教，或者说佛法，实际上是佛陀照见万法真相之后，抉择并加以宣扬的。一般而言，“法”有十种涵义，如古籍

中云："法乃所知道，涅槃及意境，福德寿典籍，未来定境规。"而佛法中的"法"，则是指佛法的精要，正如佛经所言："诸恶莫作，诸善奉行，自净其意，是诸佛教。"也就是说，提倡不造恶业、行持善法，这即是佛教的本意。

如今的科学，对于外在的物质，可以说有诸多观察，然而对于内心世界，却是一筹莫展，只能无奈地在门外徘徊。而佛教的教义，淋漓尽致地揭示了这方面的真相。因此，著名院士朱清时认为，佛教是当之无愧的心灵科学。

所谓的"科学"，其实除了社会科学、自然科学以外，还有一种，叫做心智科学，或心灵科学。在我看来，人类只要生存于世，并想不断发展，心灵科学就不可或缺。这种内在的科学，与外在的发展只会相辅相成，而绝不会成为它的绊脚石。

倘若没有心灵科学，随着物质生活的不断提升，人们的内心只会越来越空虚、苍白。就像如今美国和汉地的很多富翁，纵然拥有数亿家产，却感觉不到丝毫快乐，始终被痛苦的大山压得喘不过气来。可见，外在的物质再怎么富足，也无法带来内心的安乐。他们不像我们藏族，基本都相信前后世存在，也有许多对治痛苦的调心方法。对这些人而言，假

如今生根本不快乐，那一切的发展都没有了意义。

现在汉地个别地方，有些信仰佛教，有些也不相信。但对没有信仰的人来说，人生往往缺乏归宿感，随着社会的发展，内心的欲望会越来越大，有了一套房子，还想要一套；有了一辆车子，还想要一辆……如此，一辈子都沦为金钱的奴隶，许多现象看起来令人非常伤感。所以，对这些人来讲，我觉得，心灵科学显得尤为重要。

（五）问：我是青海师大2011年的研究生。如今前往汉地城市的藏族喇嘛，叫做“汉喇嘛”。其中，有一部分是真正续佛慧命的，用佛法饶益了无数弟子。但还有一部分，没有任何修证，只是依靠打卦算命等方式来敛财，甚至盗用一些高僧大德的名称，四处搜刮钱财，最终让自己腰缠万贯。从佛教教义的层面来看，这样做是否合理？我们应当如何对待这一现象？

答：我本人而言，应该算是最早的“汉喇嘛”了。1987年，法王如意宝前往五台山时，汉地从来也没见过“汉喇嘛”，以至于我们去一些商场时，售货员见到我们都不卖东西了，一直围着我们指指点点，好像发现了外星动物。当然，现在

可不会这样了。



正如你所说，在“汉喇嘛”当中，有些是真正的高僧大德，他们前往很多城市，并不以金钱为目的，而完全是以佛法利益大众，引导很多人皈依佛门，为他们种下解脱的善根，并创立非暴力的和平妙道，给无数人和动物带来了今生来世的快乐。但也有一些人，假借佛教和寺院的名号，穿着袈裟，前往汉地，各种行为特别恶劣、令人发指。

不过，让我们一口咬定谁是真、谁是假，这也非常困难。从历史上来看，昔日阿底峡尊者来到藏地之前和之后，印度也有很多人入藏，有些是为了骗取金子而来，但也有些是为

弘扬佛法而来。因此，我们不能一开始就急着断定好坏，而应当通过细致的观察，去粗取精、去伪存真。

问：您刚才说佛教是非常稀有的文化，但如今，佛法教义与信教群体之间有很大的距离，这一点相当遗憾。我自己希望将来因缘成熟时，成立一些组织，对大众虽不能传授很深的佛法，但至少让他们树立起正确的理念。毕竟，无论是哪个民族的宗教或政治，都是以民众为基础的，佛教未来若想被广泛接受、护持、弘扬，需要民众的大力支持和发挥作用。在这方面，请问您有什么想法?

答：如今，价值连城的如意宝般的佛法，跟世间俗人的心之间，确实有很大的距离。不过，这个问题，短时间内也很难解决。以后最好是各地成立一些组织、团体，从扫盲开始，次第让大家学习一些简单教言，以及皈依、发心等佛教基础知识，这样久而久之，才会让更多人认识到佛教的殊胜。

此外，学校师生也应提升自己的佛学水平，否则，自己的佛教觉悟太低了，则根本无法品尝到藏文化的美味。同时，我们各大院校还应建立一些佛教的研究机构，及其他各种组

织，并通过考试的方式，学习《菩提道次第论》、《普贤上师言教》等经论，以此来提高自己的佛学水平。若能这样，将来逐渐改变藏民族的命运，也并不是什么难事。

以前我们藏地，缺乏在大众中广弘佛法教义的传统。不过这几年来，许多上师往赴各地弘法利生，如今的成效也比较显著，一些连字都不认识的农民、牧民，都懂得三殊胜、观修金刚萨埵了，甚至水平完全超过一般大学生。如果大家能这样共同修学佛法，这在一切行为中，是最重要的行为。只要依此不断努力，我相信，佛法与人心之间的距离会日益缩短，人类的未来也会更加美好。



（六）问：您刚才说，学习藏文化与学习佛教应同时进行。那么，对一个学生而言，在学习知识的同时，积累福报有何必要呢？

答：作为学生，首先，学习知识是很关键的。然后在此基础上，若能行善积福，这是十分明智的选择。

前世没有福报的人，今生一切都会不顺利，运气也非常差。所以，古籍中说："精勤如山王，不如积微福。"只有精勤地积累福德，做任何事情才会事半功倍，否则，仅仅是依靠精进努力，不一定就能如愿以偿。

就如同有些学生考试，福报不够的话，平时学习成绩再好，结果也考不上。所以，积累福报非常重要。佛陀也说过："具有福德者，所求皆如愿。"

对你们学生而言，倘若造了很好的福德，即使没有特别勤奋，学业也会很容易成就，同时依靠福德力，心中的智慧能够自然开启。一般来说，有了前世的福德之果，再加上今生的努力学习，人生的前途就会很美好。同样，依靠这样的因缘，自己的上半生、下半生，乃至未来的生生世世，也会非常幸福快乐。

因此，长期护持这样一颗善心，以及上供下施的善举，并如理如法地行持，这一点极为关要，请大家牢记！

科学怎样成为幸福的阶梯

——西安交通大学演讲

『 *2011* 年 *11* 月 *12* 日晚上 』

主持人致辞：



大家好！感谢各位来参加我们这次讲座。

今天非常荣幸也非常高兴地邀请到了四川喇荣五明佛学院汉僧部的首席指导老师索达吉堪布，进行一次有关佛教

与科学关系的演讲。演讲过后，我们会留有一个小时的时间，给大家进行问题的交流。

我们西安，在历史上是非常有名的佛教发祥地和传播地，现在还可以看到很多佛教的足迹。著名的玄奘大师从古印度取回来的大量佛教经典，成为了中国文化非常灿烂的一部分。玄奘法师曾去的古印度那烂陀寺，是当时大乘佛教的传播中心。这个教法后来在汉地的流传，出现了很多波折，而在藏地，则得到了很好的保留，有特别完整的教育体系，是现代人类文化中相当重要、处于巅峰状态的智慧宝库。但可惜的是，由于语言、地域方面的差异，使我们很长时间都不太了解它的精髓。

索达吉堪布，作为藏密大乘佛教的传承者，本身的证量非常之高，而且他非常热心、一心一意想把他认为最好的佛法，分享给所有追求幸福、追求智慧的大众。他跟汉地学者特别有缘，这是我们很幸运的一个地方。他身患重病，但仍不辞劳苦翻译了大量经论，现在已是著作等身，成册的就有一百多册，约上千万字。而且他的翻译水平非常非常之高，语言远远超过汉地所谓大师级的精准水平，大家有机会可以去阅读。

另外，索达吉堪布在科学的思维方法上，有高度的理性。他对于逻辑学、现代科学的研究成果，都十分了解，并且能够很好地应用。他跟大量的科学工作者，在科学方面、在宗教内涵方面，都作过许多研讨。经过逻辑、理性的辨析，我

们大概可以感受到，我们所处的科学、理性的世界，跟藏密佛教的神秘世界之间，距离并不是太遥远。

下面，请以热烈的掌声欢迎索达吉堪布——

各位老师、同学，很高兴跟大家一起交流。你们西安交通大学，我刚才进来时感觉很舒服，这里的环境、人文等都有特殊的氛围。今天，我们就在这里，共同探讨一下：科学怎样成为人类幸福的阶梯？

一、什么叫科学

首先，我们需要界定一下什么叫“科学”。在座研究科学的人都清楚，科学的定义有好多种，法国[3]、前苏联[4]的百科全书中，对此也有不同的说法。但不管是哪一种定义，我认为所谓的科学，就是要客观反映万事万物的真相。

关于科学的分类，以前有自然科学、社会科学两种，现

---

[3] 法国《百科全书》中说：“科学，通过揭示支配事物的规律，以求说明事物。”

[4] 前苏联《大百科全书》中说：“科学，是总结关于客观世界的知识，并使之系统化。‘科学’这个概念本身不仅包括获得新知识的活动，而且还包括这个活动的结果。”

在又新兴了一种心灵科学，也叫认知科学、心智科学。这种科学揭示了生命最甚深的心灵奥秘，对当前来讲至关重要，然而可惜的是，如今并没有引起人们的广泛关注。而在西方很多国家，相当一部分人却对此非常重视。不少学者认为，以藏传佛教为代表的 2500 多年前的佛陀智慧，是人类极为珍贵的宝藏，佛在《大藏经》中所阐述的佛教真理，详细地揭示了万事万物、尤其是心灵方面的究竟真相。

如今，人类对前两种科学的研究比较不错，在特定的范围之内，可以发现一些事物的规律，像牛顿的万有引力定律、爱因斯坦的相对论，以及如今的量子力学。可是对心灵科学的探索，到目前为止，可以说是刚刚起步，其价值并没有挖掘出来。那么，以上这几种科学，到底能给人类带来什么呢？下面我们就来分析一下。

二、当今科学给人类带来了快乐还是痛苦

在古代，没有飞机、大炮、火车，也没有现在这些高楼大厦、尖端技术。如今毫不夸张地说，科学在物质方面，确实给人们带来了极大的便利，但与此同时，也带来了不可估量的危害。

上个世纪，第一次世界大战和第二次世界大战，就充分体现了科技对人类的负面作用。当前，尽管没有发生这种大的灾难，可是在我们生活的时时处处，也经常可以看到科学给人们带来的恐惧感、不安全感。

古人正是预见到了这种现象，所以，对发展科技多持反对的态度，而鼓励君子要追求大道。其实在古代，也曾有非常先进的创造发明。比如早在春秋末年，鲁班就发明了汽车、飞机的雏形。他用木头制作的鸟，可以高飞三日不落，他父亲偷偷骑上之后，一飞竟然飞到了苏州[5]。而他的母亲命运更悲惨，骑上他制造的木马车之后，从此一去不复返，就这样给弄丢了[6]。

不过，这些技术并没有流传下来，也没有给后人留下只言片语，这是什么原因呢？主要是古人觉得这是“奇技淫巧”，过多钻研会“玩物丧志”。尤其是儒家，看重的是“道”，是高尚的德行，认为下等人才迷恋“器”，故有“形而上者

[5] 唐朝的《酉阳杂俎》记载：鲁班曾远离家乡做活，因念妻心切，就做了一只木鸢，只要骑上去敲几下，木鸢就会飞上天。他常飞回家去会妻子，没多久，妻子就怀孕了。鲁班的父亲觉得很奇怪，媳妇只好一五一十地告诉了他。后来有一次，鲁班的父亲趁鲁班回家时偷偷地骑上木鸢，照样也敲了几下，木鸢也飞了起来。但哪知一飞竟然飞到了苏州。当地人见到天上降下个人来，当他是妖怪，便将鲁班的父亲给活活打死了。

[6] 王充的《论衡·儒增篇》中说：“巧工为母作木马车，木人御者，机关俱具，载母其上，一驱不还，遂失其母。”

谓之道，形而下者谓之器”的说法，并认为“万般皆下品，唯有读书高”。这就是古人的生活态度。

可是现在的 21 世纪恰恰相反，人们把所有目光、所有精力都投注在科学上，高楼一年比一年高，立交桥一年比一年多，轿车一年比一年豪华，表面上好多人拿着手机、开着车，穿的也比以往光鲜，日子过得似乎不错，但只有他们自己才知道，内心的压力有多大、焦虑有多重。

许多人年轻时的幸福感，现在可以说荡然无存了；原来在农村生活的轻松感，到了都市里以后，也全部一扫而光了。这是为什么呢？就是因为现代社会只注重物质发展，一味地



钻研自然科学、社会科学，却忽略了心灵科学的重要性。这也正是古人所担忧的玩“物”丧“志”。

由于受这种潮流的影响，如今在我们藏地，好多农民、牧民极其向往城市生活，他们用掉了一辈子的积蓄，想方设法搬到城里去，分期付款地买房子，并将此视为一生的荣耀。相反，城市里那些有钱有势的人，已厌倦了纸醉金迷、车水马龙的生活，他们渴望远离一切尘嚣，羡慕藏地简单、自由、轻松的生活。这种现象很有意思，就像钱钟书在《围城》中所形容的：城外的人拼命往里挤，城里的人拼命往外跑。

但不管是“城里的人”，还是“城外的人”，其实都是为了追求幸福。然而，这种幸福究竟在哪里呢？现今很多人目光短浅，不要说生生世世的生死大事，就连古人那种“为万世开太平”的胸怀也没有，他们只盯着眼前几十年的利益不放，互相竞争、互相攀比，甚至为达目的不择手段，这样的生活能幸福吗？

再加上，如今不安定的因素也越来越多。尤其是前不久有报道说，10 月 31 日，全球人口已突破 70 亿大关。人类从 10 亿增加到 20 亿，用了 100 年；从 20 亿到 30 亿，用了 30 年；而从 50 亿到 70 亿，只用了 20 多年。地球就这

么大，随着人口的不断膨胀，日益加深了资源危机、生态危机和环境污染，使地球的负荷越来越重。为此，很多国家不得不实行“计划生育”。但实行了“计划生育”的话，年轻人的负担会越来越沉重。每个家庭把希望都寄托在一个孩子身上，父母也好、亲友也好，成天逼着他要争气，将来要为家人争光。孩子长大后，也要以一己之力赡养很多长辈，如此一来，现在年轻一代特别不容易，每个人身上的负担相当大。

我曾去了一些大学，也了解大学生的心理状况。他们很多人并没有把精力放在学习上，大多数都在想“我毕业后怎么样挣钱，怎么样找一个好对象”，除此之外，再也没有其他远大的抱负了。这种想法特别狭隘、特别自私，人人如果都是如此，那这个社会将来会变成什么样？大家也可想而知。

当然，学生这样想，有时候跟老师的引导也有关系。北师大就有一个教授，他对他的研究生说：40 岁之前赚不到四千万，就不要来见他。此言论一出，马上引起轩然大波，网上有人评论道：你学生不是做房地产的吗，四千万，就是四个“千万”——千万要暴利，千万要心黑，千万要行贿，千万要强拆。只有这四个“千万”，才有希望在 40 岁之前弄

到“四千万”。其实大家也可以想想，这“四千万”的背后是什么？就是金钱至上、唯利是图。

现在很多人为了金钱，欢欢喜喜地造恶业，却从未想过以后受报时的痛苦。诚如《正法念处经》中所言：“如是罪业，作时喜笑，得殃报时，号哭而受。”就拿地沟油来说，不知道从何时起，竟成了一些人发财致富的捷径。据有些资料显示，中国每年有大概 300 万吨地沟油流向餐桌，通过买卖地沟油，一年所得的利润近 20 亿。像广东等很多地方，每到晚上，就有工人在下水道捞地沟油，之后进行过滤、提炼、再加工，很快就看起来跟正常油一样了。这种劣质油屡禁不止，毒性是砒霜的 100 倍，人们吃后对健康有极大危害。地沟油现象，实际上在日本和英国也发生过，可是他们要么通过高价回收当燃料，要么依靠法律来严格控制，以此手段，最终让地沟油从餐桌上迅速消失。所以，只要人们引起足够重视，有些现象也不是不能制止的。

现在很多人干坏事，其实都是从电视、电影上学来的。有些影视剧把这些过程讲得细致入微，居心不良的人一看就会，进而模仿，这是特别不好的一种宣传。如今有些媒体，对负面的东西宣扬得很到位，然而对正面的东西，却捉襟见肘。比如对藏传佛教的描述，就与真相相去甚远，完全是一

些外行人的编造。经过他们的种种误导，人们对前世后世、善恶报应等真理，很容易产生误解，进而邪见越来越深。在这种情况下，科学越是先进，人们离幸福就会越远。

三、寻找幸福的立足点

讲了这么多，可能有人会问："那幸福到底是什么呢？"它实际上是一种满足感。马克思也认为，幸福是"欲望得到满足的心理状态"，这个定义比较贴切，跟我们佛教讲得很相似。佛教里是怎么说的呢？《遗教经》云："知足之人，虽卧地上，犹为安乐；不知足者，虽处天堂，亦不称意。"只要内心满足了，就算生活再简陋，也仍是一种幸福；假如内心不满足，就算生活再富足，也不会有幸福可言。可见，幸福是内心的一种状态，并非完全建立在物质的基础上。

既然如此，我们就可以推知，内心若没有得到满足，科学发达了，物质条件好了，也不一定就能带来幸福。爱因斯坦也说："单靠知识和技巧，不能使人类走上幸福和高尚的生活。人类有充分的理由，把那些崇高的道德标准和道德价值的传播者，置于客观真理的发现之上。"古希腊哲学家苏格拉底（Socrates，前 469—前 399）也主张："善就是知，知就是德，德就是福。"意思是说，要想获得幸福，其方法是

先求知，再修德行善，然后才能是一个幸福的人。

可是现在人缺少的，恰恰就是德，一个没有德的人，怎么可能真正幸福呢？金庸先生就说：“今天的中国，有的人很有权力，有的人很有财富，有的人很有知识，有的人很有名气。可他们普遍都没有一样东西——良知。如此一来，纵使你拥有得再多，依然只能算衣食无忧的穷人！”

尤其是一些知识分子，像大学生、研究生、博士生，在知识方面并不是很欠缺，跟过去的知识分子比起来，他们精通电脑等先进技术，拥有前人所不具备的能力。但是在做人方面，由于从小的教育所致，大多数人只知道想着自己，从来不考虑别人、不考虑社会，这是相当悲哀的。其实，汉地历来有很好的传统文化，教人该怎样为人处世，其中释儒道三教是中国文化的根，影响了一代又一代的人。尤其是佛教精神，对生命没有任何危害，若能懂得其中意义，对你短暂的今生、长远的来世，都会有特别深远的利益。

如今很多大学生对佛教感兴趣，我觉得这是非常好的事情，不然，完全把幸福寄托在物质上，只会让自己越来越痛苦。为什么呢？因为欲望是无有止境的，哪怕你一个人得到了天下的一切，也不一定会心满意足。佛陀在经中亦云：“世

人求欲，不知厌足。假使一人得一切欲，无厌无足。”

一个人拥有得再多，享用实际上也是有限的。俗话说得好："家有豪宅万千，夜寐仅需七尺；纵有良田千顷，日食不过三斗。”所以，希望大家将眼光放低一些，生活上尽量知足少欲，不要太奢侈、太浪费。在我们身边，有许许多多生命渴望得到帮助，他们每天在等待、失望中饱受煎熬，对此，有能力的人不应该置之不理。

四、如何才能得到幸福

1、了解因果规律

在座的每个人，今生中能衣食无忧，按照佛教的观点，这是源于自己前世的福报。假如你前世造了许多善业，今生不需要勤作，地位、财富等也会纷至沓来；假如前世没有造任何善业，那就像沙子不能榨出油一样，今生中再怎么努力，也不可能心想事成，甚至还会感情不顺、家庭不和，钱财不知不觉就不见了，最后倾家荡产变成穷光蛋。这一点，无论你信也好、不信也好，都是真实不虚的。

前世的善业和恶业，对今生的苦乐起到直接作用。那么同理可知，我们下一世会怎么样，也取决于今生造了什么样

的业。因此，自己是自己的怙主，命运并不是别人来支配的，这是我等本师释迦牟尼佛，以无碍的智慧观察一切因果后所发出的狮子吼。

不过，世间上了知“善有善报、恶有恶报”的人，并不是特别多。既然它是真理，为什么很多人不信呢？前天我在其他学校也讲过：很多人不信，不能代表它不是真理。像在汉地很多城市里，对科学原理一窍不通的人也不在少数，但他们不知道、不认可，并不能说明那不是真理。以人多、人少来判断真理是否成立，不一定会很正确。所以，对于一些客观规律，大家务必要以公正的态度来对待。

2、以禅修调整身心

懂得了因果规律之后，对于各种得失荣辱，就没必要太斤斤计较了。人生的道路本来就弯弯曲曲，这个谁都避免不了，既然如此，我们就应当有充分的思想准备，遇到痛苦时，尽量将它转为道用。

当然，这话说起来简单，可假如你从来没有修行过，这方面没有一点一滴的感受，也不一定有很大作用。所以，现在许多大学里，都开设了禅学社，想通过禅修的方式，将佛

法运用于实际生活中，对心灵起到一些帮助。

1967 年，美国哈佛大学的赫尔伯特 · 本森博士（Herbert Benson），曾做过一些冥想实验，研究结果证明，禅修可以缓解人体的压力。到了 1997 年，60% 的美国医学院，都在传授这种"放松疗法"（The Relaxation Response），很多大医院也提供这个疗法，而且效果非常非常好。目前，打坐成为了美国主流社会的风尚，一千万美国成年人"经常"打坐。当今社会，生活节奏特别快，每个人的压力相当大，人们确实很需要这样的禅修。

此外，美国某医疗中心对禅修也有一项研究测验。他们先让实验者每天禅修 27 分钟，这样过了一个礼拜，然后通过仪器检测，发现实验者禅修后的快乐指数，远远超过了禅修之前。

还有个美国研究中心，对藏地的一些仁波切进行测试，结果显示，他们禅修后的幸福感增强了百分之七百，致使科学家们以为机器坏了。他们又找来一群对禅修完全没有概念的大学生，分成两组进行测试，结果显示禅修与不禅修也有天壤之别。



这样的心理疗法，如今在欧洲、新加坡等很多国家，得到了十分广泛的关注。你们以后在这方面，如果也能有一些探索，对人生会有很大的帮助。不然，把一辈子的希望都寄托在财富上，肯定是不会快乐的。这一点，有些学生现在也许并不了解，但你到了社会上以后，慢慢就会感受到，人类的脚步再怎么快，也比不上科技高度发展的速度，在这种情况下，高科技若没有以正确的心态来引导，很容易就会偏离方向，将人类带入特别可怕的境地。因此，通过禅修来调整人们的身心相当重要。

3、思维佛教法义

现在有些人禅修学佛只是一种形式，内心没有多大改变的话，这也是远远不够的——当然，我不是说形式不重要，如今有些人十分极端，认为佛教中念佛、参禅、出家、烧香、磕头，这些都没有必要，完全是一种形式，这种想法其实不对。在某些情况下，特定的形式还是非常有必要的。如果说所有形式都多此一举，那世间男女只要心中有爱就可以了，又何必大费周章去登记结婚、举办婚礼呢？所以，有些人也不能太过分，觉得佛教中这个是形式、那个是形式，这一切都应该统统丢弃。

当然，只停留在形式的层面上，也是不行的，作为佛教徒，至少应该有一些内证功德。即使没有的话，对佛理也要有所了解，这样才不容易走偏，随外境而转变。假如你懂得了佛理并经常思维，内心就不会有太多挂碍，烦恼和痛苦也会烟消云散。正如宋朝无门慧开禅师所说："春有百花秋有月，夏有凉风冬有雪，若无闲事挂心头，便是人间好时节。"

这样的快乐，是一种真实的快乐，是开豪车、穿名牌所享受不到的。为什么很多大德住在荒无人烟的山里，也依旧悠然自得？就是因为他们通过多年的修行，内心获得了自在，明白万法如梦如幻，不会像世间人一样对很多东西特别执著，稍有不顺就想自杀，买很多安眠药……

每天打开新闻，就知道世间人真的非常可怜。他们的所有痛苦都源于什么呢？唯一就是执著。假如学习了佛教的空性观、无常观，或者一些其他教义，对很多事情已经看破了，那么有钱也好、没钱也罢，内心都会非常自在。甚至，即便是有了很多钱，也不会成为金钱的奴隶。

像著名的慈善家李嘉诚，去年他在全球最具影响力的富豪中，位列第 8，财富方面是排名第 14。尽管家财万贯，但他自己的生活非常简单，对衣服和鞋子是什么牌子，并不讲究，一套西装穿十年八年是很平常的事。

他母亲是一位特别虔诚的佛教徒，从小就教他善恶必有报，崇善积德，多行善举。后来，李嘉诚在教导子女时，也常用佛学启发他们做人的智慧，三分之二教如何做人，三分之一教如何做生意。

他本人曾说："是我的钱，一块钱掉在地上，我都会去捡；不是我的，一千万块钱送到我家门口，我都不会要。我赚的钱每一毛钱都可以公开，就是说，不是不明白赚来的钱。"他还在很多场合中，非常坦然地告诉别人："我是一个学佛的人。"

相比之下，现在有些人，没有很多的钱，却挥金如土；没有很大的权，却利用自己的地位损害很多生命，这是非常不合理的。我们每个人的生命，说长也长，说短也短，几十年的时间一眨眼就过了。但不管这个人生是长是短，当你死的那一天，回顾一辈子到底做了什么时，最好不要有很多坏事。

如今很多人特别自私，在这个金钱至上的社会中，为了钱财、地位可以不择手段，对道德伦理特别漠视。甚至别人若是重视道德，他们还非常看不惯，想方设法地进行打击。所以，现代人普遍面临着一种精神危机。要知道，我们在物质上出现危机的话，其他各国可以支援，可以伸出援手；但如果我们的精神家园变成了荒漠，恐怕谁也没办法挽救了。

因此，现在最关键的，就是要重拾传统文化，让每个人有一种正确的信仰，有一种道德的约束。以前很多留学生跟我说，他们到了英国、美国以后，如果对同学和老师说"我没有信仰"，他们都会特别惊讶，觉得没有信仰就没有约束，想干什么就干什么，从不考虑来世怎么样，这是相当可怕的。

前不久，英国科学家霍金（Stephen William Hawking，1942-）说，所谓的来生，只是为怕死的人编造的"童话"，

人脑在停止运转之后，生命便不复存在了。这一番言论，实际上并没有经过详细观察。倘若他翻阅一些宗教典籍，尤其是了解一下佛教理论，就会知道，想推翻来生存在，是根本做不到的。因为且不说别的，单单是许多案例，就曾真实发生过[7]。

五、心灵科学才是通往幸福的阶梯

总之，大家应该通过修学，让自心得到一些真实的利益。听说你们这边有学藏传佛教的，也有学汉传佛教的，尤其是不少人对“心中心法”感兴趣。关于“心中心法”，我个人认为它非常好。这样说的原因，一方面是自己以前看过元音老人的书，虽然没有时间详细地看，只是大概看过几本，但看了以后，觉得里面讲得非常好。第二点，他们的传承弟子中，并没有发现谁诽谤因果、对上师三宝不恭敬。很多人都对三宝极有信心，对传承上师非常感恩，对众生也有大悲心，这是分辨正法与邪法的一种准绳。

现在有许多高僧大德，比如本焕老和尚、噶玛巴，也对“心中心法”有正面的评价。其实，判断一个修法是否可以接受，关键要看它能否对我们相续有真实的利益。若有利益，

[7] 详见堪布在西北大学的演讲——《来世生命及往生净土》。

那不管是哪一个法门，我们都可以去学习、去修持，这一点非常关键。

在座的还有一些老师，虽然不信仰藏传佛教，但以一种研究的态度去了解它，这样也特别好。因为藏传佛教中保留着无比珍贵的传承、典籍，包括有些因明和密宗的窍诀，在汉传佛教、南传佛教中根本得不到。所以，如今西方和东南亚很多国家的修行人，排除万难前往雪域高原，多年来一直苦行求法，这也不是没有原因的。

在短暂的人生中，真正得到一些有用的知识，对我们每个人来讲不可缺少。现在许多人崇拜一些名胜古迹，像你们西安的兵马俑，听说有 2200 多年的历史了，被人们称为“世界第八大奇迹”。但我觉得，这并不是最稀有的。最稀有的是什么呢？就是 2500 多年前佛陀的智慧，细致描述了宇宙世界、人类本源、价值取向等方方面面，至今这些都完整保留在《大藏经》中，这么珍贵的百科全书，才是最大的“奇迹”。

但可惜的是，对于名胜古迹，每天参观的人络绎不绝，而对于印汉大德辛辛苦苦翻译出来的《大藏经》，去参观的人可以说寥寥无几。当然，这些也并不是“参观”一下就能

明白的，而需要真正地深入经藏，认真学修才能彻底通达。

现如今，人类在物质上不断地往前赶，但在精神方面，应该不断地往后“退”，“退”到2000多年前。就像汤恩比博士所说：“拯救21世纪人类社会的，只有孔孟之道和大乘佛法。”在过去的时代里，尤其是佛陀，对器情世界的认识、对痛苦的解决方法，已经揭示得淋漓尽致、无一遗漏。所以，特别希望很多知识分子，今后不要只从外在的自然科学、社会科学上寻找幸福，更重要的是，应当从内在的心灵科学上去探寻！

主持人：下面由陕西省道德文化研究会的刘副会长致答谢词——

刘亦雄副会长结语：

大家晚上好！非常荣幸有这样一个殊胜的机缘，聆听索达吉堪布的开示。

我知道索达吉堪布，是在将近20年前阅读法王如意宝晋美彭措的传记时，之后也阅读了堪布的一些著作和译著，

从此就对法王及其上首弟子之一的索达吉堪布，生起了深重的恭敬和信心。但由于种种因缘，直到今天才能亲眼目睹堪布，亲耳聆听堪布的开示，所以从内心里边，我非常珍惜、非常感激。再次向堪布表示感谢！



今天，堪布从科学、道德等诸方面，给我们进行了开示，尤其是最后讲到幸福在哪里？不能光从外在的自然科学、社会科学上去寻找，而要从内在的心灵科学上去开发。对此，相信每个人都深有感触。

作为此次活动发起者之一的陕西省道德文化研究会，能够邀请到堪布，邀请到大家，我们觉得非常荣幸。这个研究

会是在今年 7 月 11 日成立的，挂靠于西安交通大学，它致力于道德的学术研究和社会推广，希望各位同道同仁能对我们的工作多多地参与、多多地指导，也希望大堪布对我们多多地指点。谢谢大家！

附：

西安交通大学问答

『 *2011* 年 *11* 月 *12* 日晚上 』

（一）问：我是西安交通大学管理学院的老师。现在很多同学对道德修养非常重视，您有大量翻译和讲解的著作，在这其中，您最推荐哪一部让他们先学习，可以获得最大的利益？

答：我翻译过一些藏传佛教的论著，也讲过一些法，后来个别人也作了整理，在这所有的法本中，我最推荐的就是《入菩萨行论》。这部论典适合所有人学习，有信仰的人学了以后，会在佛学方面得到真正的受益；即便没有信仰，通过学习也能减轻自己的嗔心、压力、焦虑、痛苦等。

所以，在印度，寂天论师造的《入菩萨行论》非常出名，用现在的话来讲，它是最热门的一部畅销书。而在我们藏地，不管是哪一个教派，也都要学习这部论典。如今，汉地有许多高校的师生学了以后，确实对人生起到了不可思议的指导

作用。

因此，大家若能将《入菩萨行论》从头到尾学习一遍[8]，人生的方方面面肯定会得到莫大利益。

问：有一道哲学考题问考生，说你是在梦中，但用什么方法来驳斥，说你不是在梦中？前些天我们在网上讨论时，很难得到答案。

答：得不到答案就对了，因为我们确实是在梦中，正如《金刚经》所言："一切有为法，如梦幻泡影。"

但对初学者而言，刚开始不一定承认这个观点，所以，藏地大德麦彭仁波切造了一个《醒与梦的辩论》[9]，其中就通过拟人的修饰方法，把醒、梦各安立为一个人，然后他们两个互相辩论……表面上看来，醒者似乎应该会赢，但实际上并没有。我们现在就是在做梦，人生确实是一场梦，这一点，你们若详细学过《醒与梦的辩论》，就会有特别深的体会。

以前我刚到佛学院不久时，上师如意宝就传过《醒与梦

[8] 堪布根据现代人的特点，深入浅出地讲过《入菩萨行论》，其全套视频、音频、讲记，现收录于"智悲佛网"。
[9] 《醒与梦的辩论》，现收录于《显密宝库 05—窍诀宝藏海》。

的辩论》。当时在一段时间里，我真的感觉人生是在做梦，跟梦没有任何差别。因为听了这部论以后，我找不到任何理由，可以推翻其中的观点。比如，我觉得现在不是在做梦，因为有些东西，手可以摸得着，眼睛可以看得到，但在梦中，也完全有这种情形；我觉得现在显现的一切时间很长，而梦中的一切时间很短，但实际上在做梦时，有些经历也非常漫长，像“南柯一梦”、“黄粱美梦”就是如此。所以，从各方面来看，若认为现在不是梦，根本找不到可靠的依据。

当然，如果想真正认清这一点，大家需要再三地看书。尤其是《华严经》、《三摩地王经》中，在这方面都有很多的描述。

（二）问：我是陕西科技大学大三的学生。我 9 岁就皈依了，从小到大，妈妈给我讲了很多佛法道理，让我明白做人要有感恩之心、满足之心。但现在身为一个大学生，我经常和老师做些课题研究，在此过程中，要有一颗不满足的心，才可以继续坚持下去，往更深的科学领域发展。请问，一个要满足，一个要不满足，这二者的矛盾该如何平衡呢?

答：佛教所提倡的有满足之心，是指减少一些没有意

义的欲望，比如对钱财、对享受，这方面要少欲知足。但在求学方面，是不需要满足的。藏地特别伟大的萨迦班智达，在格言中也说过[10]：即便汇集百川之水，大海也不厌其多，同样，即便学习再多的知识，智者也不会有满足的时候。

所以，你们现在学习知识、研究科学，包括学习佛法，这些方面都不应该满足，不要认为大学毕业就像成佛了一样，从此什么都不用学了，再也不用看书了。其实，世间上一些有意义的知识，越学越对自他有利，所以求学方面不要有满足，这是我们佛教的观点，也是探索科学不可缺少的一种态度。

问：我从小就觉得，佛法对整个人类社会确实能有很大帮助。我虽然现在只是个学生，可是希望能尽自己的一点力量，影响周围的同学。因为我发现很多同学在上课时非常浮躁，不愿意听课，不愿意好好学习，他们只想挣钱、挣钱、再挣钱。所以我感觉，现在很多大学生的价值观和思维方式有偏差，就希望尽微薄之力影响他们，我该如何去做呢？

答：你从小就皈依了，对佛教也有一种信心，我个人

[10] 萨迦班智达在《格言宝藏论》中云："大海不厌河水多，国库不厌珠宝多，欲者不厌受用多，学者不厌格言多。"

来讲非常随喜。

你如今学习也好，以后工作也好，不管能做到多少，首先自己要不害任何一个生命，包括蚂蚁以上的虫类，不要故意去杀害它们，这是最珍贵的一颗心。然后在此心态的基础上，再力所能及地去影响周围的人、去帮助社会。当然，每个人前世和今生的因缘不同，利益众生的能力也有所差别。但只要你有一颗想饶益别人的心，将来它一定会发光的！



（三）问：我是西安交通大学的学生，也是龙钦宁

提的弟子。空性见来自于菩提心，菩提心来自于大悲心。请问，如何在日常生活中实修大悲心呢？

答：你是宁提派的弟子，这是很难得的。龙钦宁提是宁玛派中非常深的一个法门，依靠莲花生大士、无垢光尊者、智悲光尊者的加持，如今国内外修持它的人特别多，而且迅速就能生起许多感应，比如对传承上师的恭敬心、对众生的悲心等等。

你刚才也讲了，空性见来自于菩提心，菩提心来自于大悲心。那么，怎样修持大悲心呢？首先要把一切众生观为老母有情，愿他们都离苦得乐，然后，最好能同时修一下四无量心。这些的具体修法，在《大圆满前行》和《前行备忘录》中讲得特别清楚。一旦你依此生起了大悲心，更高的功德就会指日可待。

（四）问：我是西安交通大学的学生。我对佛教了解不是太多，但对佛教的一些简单道理，比如善有善报、恶有恶报，还是很相信的。我想要过朴素的生活，每天也能行善，但在这个城市中，经常有地沟油、毒奶粉、豆腐渣工程……造恶业的环境实在太多了，我是不是只能逃离这个城

市?

答: 你说的还是很真实的。现在佛教徒与知识分子之间，确实需要一些沟通。其中，对于“善有善报、恶有恶报”，有些知识分子是比较相信，但他们相信的，也仅限于今生而已，好多人今生做了善事，就希望很快成熟善果，至于来世，一般人从来不考虑，这实在是一种悲哀。要知道，轮回是非常漫长的一个过程，有些善事你今生做了，果报也许会在今生成熟，但也许会在很多世之后才成熟。然而，不管它什么时候成熟，因果报应都是丝毫不爽的，所以我们一定要断恶行善。

如今这个社会，地沟油、毒奶粉、豆腐渣工程等比比皆是，在这种环境中，我们也不能一味地逃避，而应负起相应的责任，从自己做起，千万不要为了赚钱而伤天害理，故意去损害别的生命。当然，你在工作的过程中，有些事情的阴暗面不容易发现，可能会无意中做了一些错事，但由于你并非故意如此，佛经中也说，这样不会有太大罪过，就像无意间不小心踩死了小虫一样。

当前的人们，确实非常需要佛教的引导。假如人人都有慈悲观、因果观，知道再穷也不能损人利己，那么全民素质

自然而然会提高，大家也愿意无条件地帮助众生。然而现在恰恰相反，很多人不是无条件地“帮”众生，而是无条件地“害”众生。前不久，我就看了一个藏族人的文章，他在文中说：“往昔佛陀无条件地把血肉布施给众生，而现在的人为了一顿饭，就要杀害很多众生，吃很多众生的肉，实在太可耻了！”跟佛陀的精神比起来，当今人类真的极其可怕。

（五）问：我原来也是西安交大的一名学生。现在网络特别发达，信息也更加公开，我们可以看到很多不良的社会现象。作为一个知识分子，我们应通过网络去揭示这些不公正的现象，以唤醒更多人的正义感，还是把心放在修证上，让自己能以一颗更清净的心，面对周遭的生活？

答：现在是网络信息时代，跟古时候完全不同，跟上个世纪也完全不同。现在任何一件事情传到网上，无数人马上就知道了，所以，网络的力量确实非常强大。我们应在不影响修行的同时，依靠网络这一手段，将真正有价值的知识，与更多的人分享，哪怕你能帮助一个人，这也非常有意义。

如今很多人特别迷茫、痛苦，人生没有方向和目标，整天都在网上寻找心灵的寄托，结果不但找不到，反而遇到了

一些邪师，把自己迅速地引入歧途。所以，在这个时代，我们依靠网络来救护他人的慧命或者生命，是至关重要的！

当然，没有利他心的话，那就另当别论了。但你若是有利他心，在修行基本不受影响的同时，应该想方设法地帮助一些众生。甚至就算修行受到了一点影响，也应把众生的利益放在首位。

现在的网络世界，充斥着乌七八糟的负面信息，人心一代一代被染污得不知方向，外在环境也被工业染污得面目全非，连呼吸都没有新鲜的空气。内外都如此不净的话，人活在这个世界上，不要说来世，今生都相当不健康，身体不健康，心理也不健康。所以，希望大家以后在网络上，尽量弘扬一些正面的传统文化和有利的知识，否则，网络没有被好的思想占据的话，人类的未来确实堪忧。

（六）问：我是西安交通大学MBA的学生。我有一个朋友，跟我年纪一般大，现在身患绝症，可能没有多长时间了。他也是刚刚得到这个消息，心里非常难受，没办法接受这个现实。我很希望能帮到他，但也无计可施。请问上师，怎么样用佛法去帮助他呢？他该如何面对剩下的日子？

答：很多人在接近生命最后一刻时，确实会感到非常悲哀。从世间的角度讲，你再有钱、再有地位，死亡来临时，也不可能让自己多活一天。所以，“苹果”创始人乔布斯从17 岁起，就把人生的每一天当最后一天过，这也是明白了佛教所讲的“诸行无常”。

现在很多人都有这样的心态：“别人死了，我不会死。”这无疑是在自欺欺人。要知道，我们的身体特别脆弱，谁也无法预料明天会不会出车祸，明年会不会得癌症。所以，每个人应该提前有个心理准备，平时不要浪费生命，而要好好把握当下，为众生、为社会多做些有意义的事情。若能如此，纵然突然面对死亡，你也不会惊慌失措，有很多的遗憾。



乔布斯年轻时就开始学佛了，他经常思维无常的道理，所以死时可以特别坦然。而你的朋友，不一定是学佛的；即使学了佛，也可能没有真正修过，没有把无常时时挂在心上。因此，让我现在告诉他一个窍诀，使他马上就有勇气面对死亡，这可能不太现实。

不过，你也可以跟他讲：死亡，并不是生命的永远终结，而是下一期生命的开始。我们的这个身体，只不过是一个“旅馆”，是暂时的一个住所，没有什么好执著的。面对死亡，恐惧没有任何用处，现在最有用的是，应当抓紧时间多做善事，为来世多做一些准备。

一方面这样开导他，同时，最好让他多念观音心咒、阿弥陀佛圣号。或许依靠三宝的加持，最终出现奇迹也不好说。我就认识一个大学生，她也得了癌症，后来她放下一切，临死之前一心念佛，结果癌症奇迹般地消失了。所以，有时候心的力量非常神奇。

其实，我们每个人都会死亡，只不过是迟早而已。假如死到临头才开始信佛，临时抱佛脚，这不一定能扭转乾坤。所以，希望大家也能以此为戒，对死亡提前要有所准备。古往今来，不少佛教徒在死时特别安详，这是什么原因呢？就

是他们平时经常串习、观修。就像一个军人，平时训练有素的话，一旦真正上了战场，才能做到临危不乱，很多本事才用得上。

（七）问：我是西安交通大学的老师，也是陕西省道德文化研究会的工作人员。今天非常荣幸能见到您！佛法的确是非常非常好，但作为一个普通人，面对浩如烟海的佛法，藏传佛教、南传佛教、汉传佛教的《大藏经》那么多，我们到底应该怎么样去学习，才能使佛法真正入于心中呢？

答：佛法确实浩如烟海、高深莫测，在短短的一生中，要想学尽无余的话，恐怕有非常大的困难。但所幸的是，往昔有许多前辈大德把《大藏经》的内容，以简短的语言归摄为一些论典和教言，若能学习这些，则很容易通达佛法的精髓。

那么，哪些论典比较便于我们学习呢？从个人的切身体会来说，我经常在很多场合中，建议大家先学《入菩萨行论》和《大圆满前行》。像《大圆满前行》的话，从最开始观修“人身难得”，到最后怎样往生西方极乐世界，全部的修行次第揭示得淋漓尽致。表面上看来它只是一本书，但却涵摄



了显宗、密宗一切教典的精要。我这几年很详细地讲了一遍，讲记整理成文字的话，大概也有八本书。若能将此好好学一遍，佛教的框架基本上就理顺了，怎么样皈依？怎么样发菩提心？怎么样行持十善、取舍因果？……诸如此类的关键问题，自己也就明白了。

其实，系统地学习一些佛法，真的非常重要。否则，佛教就会完全沦为一种形象，包括现在寺院里也是如此。当然，有些形象也是需要的，但如果佛教徒没有内在的证悟，那就已经丧失了佛教的根本。

问：您刚才多次讲到现在的道德沦丧，我作为陕西省道德文化研究会的一名工作人员，也很想竭尽所能提升自己的道德水准，以及为提升社会的道德水准做一点工作。请问，该怎么做才是最好的呢？

答：对于你们研究会的宗旨，包括一些运作方式，我

并不是很了解，所以无法提出非常契合的建议。但总体来讲，做任何一件有意义的事，短时间都不一定有立竿见影的效果，但只要持之以恒、坚持不懈，并辅以一些现代企业的管理模式，星星之火逐渐是可以燎原的。

在这个过程中，不能遇到一些挫折，就轻言放弃。现在很多人在推广道德文化时，遭到几次白眼和质疑，自己就开始动摇了，实际上这是不合理的。要想真正拯救这个社会，除了有一种兴趣以外，更重要的是，要有一颗勇敢、勇猛的心。只有这样，最终才有可能结出丰硕的果实。

（八）问：尊敬的堪布，我也是一个道德弘扬者。今天见到您很荣幸，请问，佛法是属于非宗教还是宗教呢？

答：佛教既是宗教，也是非宗教。这样说会不会矛盾呢？并不矛盾，它可以从两个层面来理解：

说佛教是“宗教”，因为它属于世界四大宗教之一，确实是公认的一种宗教；说佛教是“非宗教”，因为它的教义涵摄一切学问，揭示了万法的真相，并非只是宗教这么简单。所以，现在很多佛教大德，经常在不同场合中说佛教其实不是宗教，而是一种导人向善的完美教育，也是源于这个原因。

（九）问：我是西安交通大学一名年轻的老师，刚留校不到半年，我的专业是哲学。学了十多年哲学，我发现自己仍然很迷茫，觉得很不幸福。请问，如果我皈依佛教，能不能获得自己的幸福？

答：你皈依后到底能不能幸福，我也不敢保证。因为刚才也讲了，众生今生中要感受前世的果报，假如你前世造了很多恶业，现在即使皈依了，在前世的报应没有受完之前，也不一定很幸福。不过，我个人多年来长期研究佛教，结合自身的经验来讲，可以肯定地告诉你：今生皈依的话，对来世的幸福必定会是有利的。

当然，皈不皈依要看自己，信仰都是自由的。但确实很多人在皈依学佛以后，自己的人生观和价值观有了极大改变，以前可能是无恶不作，后来找到了人生方向，至少也能不害众生了。

（十）问：我是西安交通大学 MBA 的学生。我是做投资的，前不久刚接触了一个企业家，他遇到了利益与道德之间的抉择问题：

现在的市场充满竞争，他的产品用的原材料，如果对人

体健康等方面合格，成本就比别人高出三到四倍。原来他的基础不错，是从房地产商转过来的，有一些资金积累，所以最初觉得要保证对人体的安全，一直坚持这样的理念。

但在市场两年之后，他发现自己的成本比别人高，而这种产品做出来之后，顾客在使用时，短期内又体现不出来产品的优势，从而导致企业很难再维持下去，现在只好也用对人体有害的原材料了。这样一来，他的成本就降低了，从今年 6 月份起，资金就有了明显的好转。

那么我想请教一下，像他这样的企业家，在面临如此困境时，应该怎么选择才是对的？

答：的确，如今这样的现象比较多。但若仅仅是为了自己盈利，就不考虑大众的健康，这样肯定特别过分，逐渐是会受到报应的。

你们不管是读什么专业，以后在工作岗位上一定要小心，这一辈子中，尽量不要去做危害其他生命的事。若能如此，就算你的待遇不太好、钱赚得不太多，至少也会心安理得，生活过得比较清净。

当然，完全清净的话，对凡夫人来讲也不太可能。毕竟

现在这个社会，很多人无恶不作，我们生活在这样的环境中，有时候的起心动念，难免会与恶业相连。但即便如此，也绝对不能故意去损害众生！

现在的很多不良现象，我们没有能力去一一揭露或制止。但你们在座的有些人，以后肯定会有能力，有这方面的实力。所以，大家一定要树立正确的价值观，如果你的人生方向没有定准，今后就很容易危害社会。

（十一）问：记得您曾讲过，您小时候也是个经常会打架的孩子，而现在，您的语言中、仪态中，却充满了梦幻般的温柔。那么，这种变化最重要的影响因素是什么呢？

答：我小时候确实特别爱打架，读中学的那一年，记得一天打过五次架，自己也受了伤，老师还准备把我开除，后来幸好没有。

读小学的时候，我也经常打架。当时我们小学的学习气氛不好，而且学校里很少有真实的老师，大多数都是代课的。所以现在到了母校，我回忆不起来学了什么知识，只记得在这里打过架、在那里也打过架，因为在学校里不太方便，我经常约别人在外面打，“等一会儿吃完午饭，到那里来”，然

后就开始打架……所以，周围的山上、河边，到处都留下了我打架的身影。我的小学生活，就是这样度过的。

但自从学习了佛法，尤其是《入行论》为主的大乘佛法，跟过去比起来，我的变化特别特别大，这也是佛法的殊胜加持。不仅仅是我，我们学院也有不少这样的人。原来就有一个和尚，他跟另一个和尚发生冲突时，我亲耳听到他说："因为学了大乘佛法，我现在不跟你一般见识。不然，要是按我以前的脾气，我肯定会揍你的！"所以，有些人的恶劣性格，通过学习大乘佛法，完全可以有翻天覆地的改变。

当然，学佛也要靠缘分，有些人特别契机，有些人则不一定。佛陀时代也是如此，没有缘分的人，就像《现观庄严论》中所说[11]，如同天上虽然降下雨水，但毁坏的种子不可能发芽，同样，诸佛虽然出现于世，但无缘之人也不能获利。因此，学佛能不能改变自己，跟各人的缘分和善根也有密切关系。

---

[11] 《现观庄严论》云："如天虽降雨，种坏不发芽；诸佛虽出世，无根不获善。"

主持人结语：

我们的时间差不多了。下面，有请学生代表向堪布献花，大家以热烈的掌声感谢堪布——



佛教的利他性

——山东大学演讲

『 2011 年 11 月 16 日下午 』

陈坚教授致辞：

这次特意邀请了喇荣五明佛学院的索达吉堪布，给我们讲讲佛学方面的道理。

索达吉堪布，是四川甘孜人，年轻时在甘孜师范学校读书，出家以后，专业是藏传佛教。堪布对儒学、道家等中国传统文化，也非常了解。近几年去过很多著名的大学，像北大、人大、复旦、南大，并作过很多讲座，深受学生们的欢迎。

索达吉堪布所作的学术工作，一方面是把藏传佛教的很多佛典，翻译成汉语——对我们汉传佛教而言，最初翻译过西域的佛经，后来又翻译了印度的佛经，接下来的一个潮流，可能就是翻译藏传的佛经了。这是我们了解藏传文化的重要途径，也是堪布做的一个工作。另外一个工作，就是堪布还传播儒学，讲过《弟子规》，在汉藏交流层面做了很大贡献。

今天要讲的是“佛教的利他性”。利他性，是大乘佛教的根本特征之一。下面，让我们听听堪布是怎么诠释的。好，现在把时间交给堪布——



陈教授多年来带佛教的研究生、博士生，自己也读过佛教博士，我非常佩服！我曾在 1999 年去过泰国，那里的很多大学都有佛教博士，也有许多佛教的博士生导师。我看了以后特别羡慕，觉得“汉地知识界对佛教若也有深层的研究，该多好啊”，当时有这样一种向往之心。

而现在，汉地很多大学都开设了宗教系，对佛教有各方面的研究和学习。听说你们山东大学，除了对佛教研究以外，对其他宗教，如基督教、道教等也均有涉猎，这是非常好的。任何宗教，只要对众生有利，我们都应当尊重。

我个人而言，只是一名普通的出家人，对儒教等很多思想比较有兴趣，但没有什么更深的研究。你们山东，可以说是"孔孟之乡，礼仪之邦"，是儒教的发源地，孔子、颜子、孟子等儒家五圣[12]都出自这里。儒教所提倡的"仁爱"，与大乘佛教的"利他"也有不少相似之处，所以，下面介绍的"佛教的利他性"，相信大家并不会特别陌生。

一、佛陀与历史伟人不同

在座各位研究生、博士生，对佛教应该都比较了解。我本人多年来研究佛教，得出来的结论是什么呢？所谓的佛陀，并不是传说或神话中的人物，而是在人类历史上实实在在出现过的。这一点，不仅是我们佛教徒认可，现在的学术界也不得不认可。

大家都知道，最近佛牙舍利在缅甸供奉时，该国举行了

[12] 儒家五圣：儒家学派创始人孔子、颜子、曾子、子思、孟子的合称。

隆重的恭迎仪式，缅甸副总统等 2000 多人，先是到机场列队恭迎；随后，缅甸总统率 6000 多名政府高官，在佛牙舍利的供奉地恭迎。在缅甸供奉 48 天中，每天会有多少人虔诚朝拜，应该也不难想象。以前佛指舍利被迎请到台湾时，短短的 11 天中，每天的朝拜者都超过十万，前后共有百万人前去瞻礼……

现在是 21 世纪了，人们有很强的辨别能力，不可能盲目信仰一种东西。那么，仅仅是佛陀的一节指骨，为什么就有这么多人尊重呢？这肯定有一定的原因。前段时间，我去西安法门寺时，也瞻礼了佛指舍利。听说国家为了保护佛指舍利，投入 12 亿修建地宫及合十舍利塔。当时，我一边顶礼，一边生起无比的信心。

人类发展到今天，曾涌现过许多著名人物，但他们有没有受到后人如此崇拜呢？大家应该有目共睹。像牛顿的话，他死后安葬于英国皇家教堂——西敏寺（Westminster Abbey）的“诗人之角”，在那里，还有莎士比亚、达尔文、丘吉尔等名人的墓碑。

还有爱因斯坦，他生前在遗嘱中要求，把骨灰撒在不为人知的地方，不建坟墓。但一个叫哈维的美国医生，却偷偷

把他的大脑切了下来。为方便研究，他将爱因斯坦的大脑切成 240 块，分别装进 10 个储存切片的盒子里和 2 个大广口瓶中，精心保管。这件事曝光之后，没有给哈维带来任何荣耀，反而令他一直背负“盗脑者”的恶名，遭到很多人唾弃。他为此不得不辞去职务，并一度失踪。42 年后，他才正式把爱因斯坦的大脑，交给了普林斯顿大学医院保管，让它回到了爱因斯坦逝世的地方。尽管后人对这个大脑作了一些研究，但在人们的心目中，它肯定没有佛陀遗骨那样的加持。

当然，也许因为我是佛教徒，以偏袒心对佛陀有一种敬仰、赞叹。但客观来讲，大家应该需要思考，看世间上被这么多人崇拜的事物，到底是不是一种迷信？佛陀为众生广开八万四千法门，藏地、汉地的《大藏经》中有那么多经、律、论三藏教典，它究竟有什么样的内涵？

在座的很多学生，听说也研究过佛教的《金刚经》、《大乘起信论》。你们在学习的过程中，可能会发现佛经与世间文字有极大差别。我们都受过一些学校教育，小学、中学、大学的课本学了以后，不一定需要永远学习、永远供奉。而佛经却与之不同，短短一部《心经》，不管是谁看了，都有无穷的回味，都能获得无比的加持、无尽的利益，这就是佛陀不可思议的威德力。这一点，有智慧的人无法否认，这个

事实谁也抹杀不了。

因此，我们首先要知道，所谓佛陀到底是什么样的？他的前世虽有许多精彩公案，但更重要的是，这一生在我们人类面前，他示现一个什么样的形象，扮演一个什么样的角色？

今天在座的很多人，有些真正信仰佛教，有些也不一定，但不管怎么样，我们都应该去了解它、研究它，因为它不单单是一种信仰，更是一种智慧、一种教育。

在佛教中，除了出世间法以外，对世间的天文、地理、人文等知识也涵盖无余。假如它是一些落后的教条，又岂会有如此超越的智慧？就拿天文学的部分内容来说，当时佛陀不依靠任何仪器，就将宇宙的运行规律揭示得淋漓尽致，这种智慧令后人实在无法想象。

二、佛教精髓唯有利他

大家都清楚，由于一些历史原因，传统文化受到了史无前例的重创，这对人类有非常大的损害。如今这一代人，无疑就是首当其冲的受害者。为什么呢？因为在他们的人生信条中，除了追求金钱、地位、美色以外，什么道德理念都没

有。

当然，我也承认，极个别的古代传统是比较落后，不一定适应当今的国际化潮流。但人类对于道德的崇尚与重视，却不应该弃如敝屣，而应当尽早恢复起来。

我不太清楚你们这边对传统文化的研究怎么样。其实，在古人的教育中，尽管没有佛教那样高深莫测的理论体系，但对为人处世、孝顺、仁义、礼仪等方面，还是有相当殊胜的教言。

现在很多人可能因为环境的影响，对好坏、善恶的分辨



能力特别差，甚至有些人对“厚黑学”津津乐道，宣扬脸皮要厚如城墙、心要黑如煤炭，这样才能成为英雄豪杰。他们以为，只有变得越来越坏，才能活得越来越好，在这种观念的引导下，开始肆无忌惮地损人利己，这样的结果，只能是南辕北辙。不想痛苦，痛苦却一个接一个降临；想要快乐，快乐却像仇敌一样被灭掉了。

其实，若想真正获得快乐，佛教中早已告诉了我们答案——唯一就是利他。《大乘四法经》中也说：“世间明慧者，应发菩提心。”世间上有智慧的人，应该发起利他的菩提心。

不知道各位对“菩提心”陌不陌生？假如你们对它有个全面的认识，将来的人生之路，必定不会走得很艰难，不会一直困在自我的圈子里，看不到更广阔的天空。当然，作为世间人，爱自己、爱自己的家庭，这也无可厚非，但若一味如此，从来也不关心他人，这种爱就没有太大的价值可言了。

那么，什么叫菩提心呢？从究竟意义上讲，是愿天下一切众生离苦得乐，获得圆满佛果的发心。这是最上等的发心，非常难以生起。就算有些人一生研究佛经、修行佛法，口头上会这样讲，可是不要说对一切众生，仅仅是跟自己关系不好的人，不说去利益他，就算是想让他快乐的心，也生不起

来。

今天的这次交流，大家如果记不住其他内容，只要记住了“菩提心”，也就不枉此行了。虽然“菩提心”是佛教的专用名词，但如果不懂这个，对大乘佛教根本无法研究。我遇到过很多研究佛教的学者，他们口口声声会说“菩提心”，但实际上不要说修行，连字面意思也解释不来。菩提心是大乘的根本，假如不了解它的深意，只是把它看得特别表面，跟慈悲心、善心、慈善等混为一谈，这是相当遗憾的。

所谓的菩提心，分为愿菩提心、行菩提心两种。愿菩提心，是发愿要利益天下一切众生，令其获得佛果；而行菩提心，则是在此发愿的基础上，于实际行动中真正去做，去行持六度万行。

这样的菩提心，理论上了解了之后，还要付诸于实际，不能只是嘴巴上会说，可是一刹那都没有修过。如果你真的修过了菩提心，不但有助于世界和平、众生安乐，而且对自己身心各方面，也有特别大的利益。如《涅槃经》中云：“何人一刹那，观修菩提心，彼之诸福德，佛陀不能量。”意思是，哪怕只修了一刹那的菩提心，它的功德之大，连佛陀也无法衡量。

这个说起来可能太大了，你们不一定马上能懂，但即便无法一下子发起菩提心，也可以从慈悲心开始修。如今哈佛大学、普林斯顿大学、剑桥大学，都建立了一些禅学社，专门修慈悲心。据我了解，国外的大学教授，甚至是小学教师，经常让孩子修慈悲心——慈心，是愿所有的生命获得快乐；悲心，是愿所有的生命远离痛苦。这样的慈悲心，上午修十分钟，下午修十分钟，一两个礼拜以后，再通过仪器检测，就会发现他们的心很柔和、很调顺。即便是以前脾气特别暴躁的人，心情也变得极其开朗、轻松了。所以，国外的许多医院管这个叫“轻松治疗法”。

我们的一些高等大学，研究佛教时，对此也可以借鉴一下，不能只停在理论上，否则很容易变成“法油子”。现在许多研究佛教的博士、博士后，在文字上会写、口头上会说，但内心与大乘佛法完全没有挂钩，甚至越学越有成见，对佛陀、对佛教历史、对最甚深的佛理，经常带有一些诽谤之词，这是非常不合理的。若想真正领会佛教的精神，至少也要修一下慈悲心、利他心，不然，什么滋味都没有品尝到，是很难评论其好坏的。

三、高僧大德的利他心

1、阿底峡尊者的开悟

关于利他心，我特别喜欢一个故事，讲的是藏传佛教中噶当派的创始人阿底峡尊者。这个故事对我的启发很大，在此也想跟大家分享一下：

阿底峡尊者，是公元 11 世纪印度最伟大的班智达。他原是东孟加拉国的王子，需要继承王位。有一次，度母在梦中告诉他："你已当过五百世的班智达，解救众生脱离轮回苦海是你的使命，不可以半途而废。"他醒来之后，认清了自己过去的愿力，于是离开王宫，舍弃红尘出家为僧，依止当年印度著名的罗侯罗尊者为师。在上师的教导下，他很快就精通了三藏，并对诸多佛典过目不忘。

有一天，他在看书的时候，突然产生一个怀疑："直接通往开悟，哪一条路是最迅速的？如果遵循大乘菩萨道，必须在无量劫中救度他人，才可达到涅槃彼岸，那么，我有可能达到开悟吗？"

他为此去请教上师，上师告诉他："你太关心自己的成就了。长养菩提心，忘却自己的利益，多关怀他人的福祉，才是解脱的唯一途径。执著自我是痛苦的根源。"

此后不久的一天，他去转绕佛陀成道地——菩提迦耶，

看到两个非常美丽的女子在对话。其中一个问："什么是达到开悟的最好修行方法？"另一位回答："无我的菩提心是成佛的大道。"

第二天，他又去佛塔及塔旁的菩提树绕行，听到一个老乞妇告诉一个麻风病人："菩提心是超越苦海、获得开悟的最好方法。设身处地多为他人想想，放弃自私自利的想法。"

他听了以后，心想："这里的每一个人，从最高雅到最卑贱，似乎都知道开悟的最好方法，和我上师说的一模一样，只有我一个人还迟疑不定。"

第三天，他手持念珠缓缓转绕圣殿，看见一只小鸟栖息在观世音菩萨像的膝上，佛像开口对小鸟说："具备舍弃自己、爱护他人的菩提心，是圆满证悟的最好方法。"就在这一刻，他所有的疑惑都烟消云散了。

了知菩提心的重要性后，他前往印度尼西亚，依止金洲大师 12 年，唯一修持菩提心，最终获得了开悟。

后来，藏地因朗达玛灭佛，佛教遭到了毁灭，为了重振佛教，国王智慧光多次派人迎请阿底峡尊者。尊者祈祷度母，请求指引。度母告诉他："如果前往藏地，你可以利益无量

众生，但寿命会缩减20年，原来能活到92岁，去了藏地的话，将于72岁圆寂。”尊者为了众生，义无反顾地去藏地弘扬大乘佛法，并开创了噶当派，撰著了《菩提道灯论》——众所周知，《菩提道次第论》即由此而来。



阿底峡尊者所讲的菩提心修法，一直到现在，在藏地也保存得完好无损，所有传承教言、修行次第不但在寺院里随处可见，在世间上也广为流传。我个人对汉地、藏地的很多文化比较了解，相比之下，藏地在菩提心方面的窍诀，确实有不共的优势。这方面，阿底峡尊者功不可没。

如今，国内外有很多学者，对菩提心的教言十分感兴趣。可是在研究的过程中，单单从理论侧面来了解，是远远不够的。比如像“万法无常”，这个道理谁都会讲，可你若没有真正修过，面对生死大事时，光会说也派不上用场。所以，佛教中的很多道理，尤其是利他心，需要在实际中去运用，平时的所作所为，应该经常想着利益别人。

现在很多人，不管在什么工作岗位，目光总是盯着金钱，一天 90%以上都想着自己，从来没有想过怎样尽己所能地帮助社会，为天下苍生做些有意义的事情，这是特别不好的。当然，完全不管自己的衣食住行，作为世间人来讲，恐怕也做不到。但你越是想着自己，越得不到很多利益；越是心里装着别人，自己的利益反而会不期而至。

2、华智仁波切与寡妇

近年来，常有媒体报道一些道德沦丧的现象，让人听了以后，感觉现在的人心大不如以前了。在我们藏地，一个人如果在路上被车压了，我可以拍着胸口保证：99%以上的藏人肯定会马上停车，全力以赴地抢救他。不要说是一个人，就算一头牦牛，大家也会想办法去救它，或者给它念经，不可能对众生的痛苦视若无睹。

在 19 世纪，藏地有一位鼎鼎有名的大成就者，叫华智仁波切，他的名声可谓家喻户晓、人尽皆知。一次，他徒步去石渠举办法会的途中，遇到一位寡妇带着三个孩子，也准备去参加法会。他见孤儿寡母十分可怜，便背起第二个孩子一路同行。有时尊者背着孩子去化斋分给大家，有时女人抱着小孩子去乞讨一起分享，有时大孩子去讨饭共同享用，人们都误以为他们是乞丐一家。后来一直到了目的地，女人才知道他就是华智仁波切。

这个故事虽然很小，但我们也可以此来观察一下，自己在生活中遇到可怜人时，会不会出手去帮助他？对大多数人来说，自己的亲朋好友遇到困难时，伸出援手肯定义不容辞，但素不相识的人受苦了、遇难了，甚至是一些动物被杀了，自己往往不屑一顾，这就是没有利他心的表现。

前段时间，我跟一些知识分子探索生命价值的问题时，刚开始他们因为后天教育的影响，总觉得人类的生命才有意义，其他生命不值得关爱。但后来通过互相讨论、辩论，他们渐渐意识到了，每个生命对苦乐的感受都一样，都喜欢快乐，不希望感受痛苦。这一点，不仅仅是人类如此，其它动物也是同样。所以，对于这个问题，大家也值得好好思考。

四、利他心对我们极有利益

其实，我们佛教的核心，就是希望天下一切众生离苦得乐，这在其他宗教或学说中是没有的。或许有人认为："这根本做不到，所以这种精神不一定很伟大。"但实际上，且不论这能否做到，仅仅是生起这样一颗菩提心，它的功德如果有形色，整个虚空也容纳不下。如《宝积经》中云："菩提心功德，若有色方分，周遍虚空界，无能容受者。"而且，有了菩提心的话，可以治愈众生的一切心理疾病，施与他们最究竟的安乐，诚如《无畏授所问大乘经》所言："菩提心功德，是胜妙良药，一切病能治，施有情安乐。"

这些经典的字句，希望各位要细细体会。其实，研究佛经并不是那么简单的，表面上看来，《心经》、《金刚经》、《地藏经》的文字不是很多，但它里面的甚深涵义，很多人穷尽一生绞尽脑汁也难以领悟。

也许有些人会问："佛教如果真有这么好，为什么很多人都不信？"其实，任何一种高深的学问，不管是科学知识，还是佛教道理，能接受的人肯定只是少数，不可能人人都完全明白。就像懂得珍宝价值的人，在世间上也是如凤毛麟角，一般人很难分清真伪——不过，如今信佛的人也为数不少，

据统计，中国十三亿人口中，信仰佛教的就有一亿多，那么若算上没有统计的，应该会更多。

你们作为大学生，将来如果想研究一些古文化，了解佛教是不可缺少的，不然，写出来的文章会没有味道。因为佛教涉及宇宙、人生的方方面面，若不具足这种更深更广的智慧，研究一些事物会非常肤浅、非常表面。

尤其是每个人在这一辈子中，都要面对死、面对病、面对各种苦难。在这个时候，若能掌握大乘佛教的一些调心方法，比如自他平等、自他交换、自轻他重，还有阿底峡尊者传下来的知母、念恩、报恩等修法，不要说来世，今生的人生态度和观念，也会有极大的改变。

有些人可能想："不能学得太深入了，不然的话，最后会不会出家，跑到山里去了？"这种想法在汉地比较常见，尤其是一些佛教徒的家人，非常担心学佛会毁了他的前途。其实这完全是杞人忧天，每个人的缘分不同，学佛不一定都要出家。从佛教历史来看，就算是释迦牟尼佛在世时，学佛的大多数也是在家人，出家人只占少部分。正因为如此，佛陀为在家人所讲的经典，数量是非常丰富的。

在西方国家，研究宗教和历史的人，最能得到人们的尊敬，而学经济贸易的，反而不一定很受重视。可在中国恰恰相反，再加上因为八九十年代的一些电影，误导了人们对佛教的看法，大多数人都认为出家是走投无路下的逃避之举，正常人不可能出家。

其实，一个人不管是否出家，至少也应具备一种信仰；即使没有信仰，也应该了解一下利他的教义，这样对人生、对社会才会有利。现在特别缺乏无条件利益别人的精神，而这一点，正是大乘佛教的精髓所在。

很多人都知道佛教中的“菩萨”一词，其实菩萨又名菩提萨埵，意思就是勇敢的心。为什么勇敢呢？就是他敢于放弃自己的一切，万难无畏地投入利他事业中，这是一般人根本做不到的。有些人总以为，菩萨只是寺庙里的塑像，实际上倒不一定，若能在生活中为了利他而不顾自己，这才是活生生的菩萨。

我们在日常生活中，若有一颗利他心，就算暂时受到了各种不理解、侮辱、挖苦、蔑视，自己也问心无愧，每个人做事应该凭良心，这比拥有任何金钱都珍贵。青海那边就有一位出家人，听别人说，他是真正的菩萨。为什么呢？因为

他自己的生活特别简单，平时只要是别人的事情，就愿意去帮忙，哪怕被人冤枉了也无所谓，他一生中都是如此。我们的社会，特别需要这样的人。现在的教育总是教我们怎样成功，怎样获得地位、财产等，许多学校也从来不讲利他心，假如长此以往，人类的未来会怎么样？真的不难想象。

当然，利他心的内容非常非常多，今天在短短的时间里，让大家完全明白它的重要性，也比较困难。但总的来讲，利他心就像一颗珍宝，它随时都可以散发光芒，遣除自他内心的愚痴黑暗，给我们指明人生的正确方向，故大家不可不重视！



附：

山东大学问答

『 2011年11月16日下午 』

（一）**问**：我是山大哲学系的老师，搞西方哲学的，但对佛教特别感兴趣。我有一个困惑：比如我走在路上时，遇到一个人需要帮助，但我又有特别紧急的事要去做。如果我帮他，就会耽误非常重要的事情；如果不耽误事情，就没法救他，这该怎么办?

答：这位老师问得很好！在这种情况下，关键要看自己的利他心重不重。

尤其当别人遇到生命危险时，假如你的利他心特别重，那么即使自己的事情耽误了，也会想方设法去救他。反之，一个人利他心不重的话，就算没什么要紧的事，也会前前后后顾忌很多，不愿意伸出援手。

所以，应该怎么去抉择，这个很难一概而论，要视每个

人对他人的爱重程度来定。

问：我还有个困惑：现在骗子特别特别多，假如在路上遇到乞丐要钱，我是给他还是不给呢？

答：佛教中并没有要求，作布施时，连是不是骗子都不必观察，就一定要把财物都给他们。一般而言，布施的时候，需要用智慧来抉择：被施者是否真的贫困。假如遇到的是骗子，也可以不给。

但有些人，因为自己比较吝啬，便把所有的可怜人都看成骗子，这不太合理。有些乞丐是真是假，基本上也看得出来。倘若实在看不出来，就以自己当时有没有慈悲心为准。

（二） 问：我是山大生命学院的研究生。请问，对于菩提心，我们应该怎么修持？

答：菩提心的修法特别多，有愿菩提心、行菩提心的修法，也有自他平等、自他交换等修法。具体在《三处三善引导文》、《前行》等中都有介绍。

简单说的话，你在任何地方都可以观修：把自己的快乐奉献给众生，众生的痛苦自己代受。

有些人觉得这太可怕，别人有传染病的话，会不会因此而传给自己了？实际上并不会这样，大可不必有此担忧，反而依靠菩提心的强大力量，你可以获得不可思议的利益。

问：我们怎么寻找正确的人生方向？

答：人并不是只有这一辈子，生命会延续至生生世世，所以，我建议大家了解一些佛教的理论，这对你们不会有任何危害。

我本人翻阅过《大藏经》，以及古今中外很多典籍，通过对比，发现佛教对我们的人生，确实有难以想象的指导作用。因此，从佛教中寻找人生之路，我觉得是最明智的。

（三）问：我是山大中医专业的学生。请问，利他就要放弃自我，那放弃自我之前，是不是先要找到真我，就像爱他人就要先学会爱自己一样？如果是这样，怎样找到真我、找到自我？

答：若想找到真我，完全可以通过利他这一途径。

按照佛教的观点，执著自我，实际上是一切痛苦的来源。大家也可以想一想，自己往昔所流过的眼泪，到底是为了自己，还是为了利益众生？一观察就会发现，人生中的一切痛苦、烦恼、不安，根源统统都是自我——为了“我”的工作，我们辛辛苦苦；为了“我”的感情，我们患得患失；为了“我”的身体，我们殚精竭虑；为了“我”的待遇，我们怨天尤人……

只要执著自我，痛苦就会如影相随、挥之不去。而只有放弃自我、选择利他，证悟了无我的境界后，才能找到真我。这一点也是佛教中最深的地方。



如今很多年轻人，生活的压力、世间的竞争特别重，若能通过学习佛法，得到一定的境界，很多问题也就迎刃而解了。所以，对当前来讲，佛法是特别宝贵的精神妙药。

（四）问：我是山大中国哲学专业儒学方向的，很荣幸见到您。听了您讲的菩提心，我受益匪浅！请教您一个问题：儒家讲的“仁”和菩提心，相同之处在哪儿，不同之处又在哪儿？有没有一个境界的高低？

答：我对儒教典籍很有兴趣，也学习过一些，它的理念对当前来讲不可缺少。不过，儒教的“仁”，范围只涉及关爱人类，时间也仅限于今生。而菩提心的范围，包括天下一切生命，从时间来讲，也是生生世世。

现在很多人没有专门研究这些领域，以至于概念上有点模糊，觉得二者好像一样。但实际上，佛教是非常甚深的，不管你研究《法华经》、《华严经》，还是中观、唯识的思想，都很容易体会到这一点。当然，有些人如果没有公正的态度，对此只是一味地排斥，那就另当别论了。但你若是有兴趣，进入这样的领域后，就会发现它确实不可思议。

所以，儒教的“仁”和菩提心的相同点，是对人类都有

一种仁爱之心。但在爱的广度和深度上，二者之间有一定的差别。

（五）问：我是山大佛教专业的研究生。您能否通过在汉地、藏地的所见所闻，比较一下汉藏佛教之间有何不同？

答：以前，汉地对藏传佛教的认识非常少，直到1987年，法王如意宝前往五台山，汉地很多人才开始慢慢接触藏传佛教。

汉传佛教历来推崇吃素、参禅、念佛，这方面比藏传佛教做得好。而藏传佛教中提倡辩论，以此可消除对佛法的各种疑惑；同时，它有系统的修学次第，就像现在的高等教育，从小学到大学之间，一层一层的知识学习，所需时间约十到二十年；此外，藏传佛教还有很多修行人，通过长期的讲法、辩论、造论，以及各方面审核，具备合格的法师资格。

总体来讲，汉传、藏传都是大乘佛教，没有太多的差别。不过，希望汉传佛教今后不仅要在寺院里弘扬，还应该在老百姓中、大学里，传播佛法的教义，尽量创造这样一个机会。

如今汉地很多人特别虔诚，但有点偏于形象化，到寺院里去只是拜佛、烧香、办皈依证，却不明白自己为何要皈依、皈依的好处是什么，这样的话非常盲目，也不是真正的佛教。

还有许多佛教徒，别人问他学的是大乘、小乘，他很得意地说是大乘。但以什么来衡量你是大乘佛教徒呢？很多人却一无所知。其实，大乘与小乘的区别，唯一要看有没有利他的菩提心。若没有度化一切众生的这颗心，即使你天天修庙，天天做很多很多善事，也根本谈不上是大乘佛教。

所以，现在形象的东西比较多，真正通达佛理的却非常少，这是比较遗憾的地方。

问：请您介绍一下藏地现在的宗教状况。比如说，佛教以外的宗教，与佛教有没有一些冲突？藏传佛教内部也有许多宗派，彼此之间有没有矛盾呢？

答：在我们藏地，除了佛教以外，历来很少有其他宗教。近几年虽然也有极少数的，像我的家乡，信基督教的可能有几户，但现在基本上没有了；还有甘肃那一带的藏族人，也有信伊斯兰教的，但也不是特别多。所以，到目前为止，其他宗教在藏地并不兴盛。

而佛教，是从公元333年起，兴盛于藏地的。时至今日，尽管它经历过风风雨雨，像历史上的朗达玛灭佛，但佛教的清净传承仍保存完好，并吸引了国外很多学者前来求学。

藏传佛教的内部，分为格鲁、萨迦、宁玛、噶举、觉囊等八大教派。过去极个别地方因为教派不相同，稍微有过一点不和，但如今各教派之间非常和睦，都承认修行之道是最初发菩提心，中间积累资粮，最后获得佛果。所以，各派教义在大的方面，应该说没有任何冲突。

（六）问：我们是山东大学的藏族大学生。非常感谢堪布能来这里讲法，也非常感谢学校提供这样的机会，我们心里特别激动！

学校里有九十多个藏族人，今天下午才知道您来，所以来的比较少。我也是上课时才听说的，我平时不太会骑自行车，但今天骑着自行车就“飞”过来了。本想到宿舍拿哈达，可是时间来不及，所以没拿。

认识您，我们主要是通过网络，您的放生等好多视频，我们看了都感同身受，也经常学习您讲法的视频。请问，我们在内地读大学的时候，应该注意些什么呢？

另外，我们藏族大学生，对在网络上学习佛法非常热心，也很认真、很积极。可否请堪布在网上多弄一些藏文方面的视频，让我们来学习。要不然，我们学习的方式太少了。



答：你们为了求学，来到人生地不熟的异乡之地，非常不容易。在这里，大家应该好好希求真理，学习汉地的优良文化，不要虚度时光。

刚才也讲了，山东是儒教的发源地，而儒教，数千年来一直是汉地的主流文化，就像我们藏地的佛教一样。前不久，我在青海的一个大学里提到过，现在藏族的很多大学生，对自己的传统文化——佛教，不是特别重视；而我去了汉地很

多学校，那里的不少老师和大学生，却对藏传佛教极有研究。这一点是值得惭愧的。

所以，希望你们在读大学的同时，既要研究汉地特别优秀的文化，也不能舍弃藏传佛教。

同时，还有一点要提醒的是：现在很多藏族大学生到汉地读书后，把母语忘得一干二净，回家后基本上不说藏语了，对此我觉得很可惜。就算是汉地的学生去国外留学，回家也会讲特别流利的汉语，而不会跟父母沟通时，满嘴都是英语，那我们藏族大学生为什么要这样呢？

好多藏族孩子可能是赶潮流吧，包括我以前资助过的一些大学生，到了汉地某某大学以后，四五年就把自己的语言文字全忘光了，这一点相当遗憾。因此，特别希望在座的藏族大学生，以后应该引起注意。

关于藏文的音频、视频、著作，在“智悲佛网”的藏文版块，以及我的藏微博、藏博客中，都有一些资料。以后因缘成熟的话，我还想开个单独的藏文佛网[13]，一方面弘扬藏传佛教这一传统文化，另一方面，将现实问题与佛教结合起

[13] 2012年6月18日，恰逢全知麦彭仁波切圆寂100周年之日，藏文智悲佛网正式推出 http://www.zhibeifw.com/Tibetan/。

来，做一些适合年轻人看的东西。

（七）问：佛教有句话叫“看破、放下、自在、随缘”，那么，是不是我们需要先了解一下宇宙人生的真相，再去放下，才能做到自在、随缘呢？

答：不了解佛教的理论，一开始就想看破、放下，是不太现实的。而且，“放下”也不能一概而论，比如行持善法、断除恶法，这些就不能放下，否则，很容易变成善恶不分，误入可怕的歧途。

其实，看破、放下，是修行比较高的一种境界。如果真达到了这种境界，对世俗完全看破了，那出家也可以、不出家也可以，一切都自在随缘，没有任何执著。

但如果是一个初学者，没有系统地学过佛法，也不知如何对治自己的烦恼，光是喊这样一个口号，在日常生活中却是烦恼、执著一大堆，这可能会有点矛盾。

所以，能否做到这一点，需要分个层次。

问：我虽然读了一些佛教书籍，但在生活中，经常第一念想的还是自己，到头来还是以自我为中心，对此我感到挺苦恼。请问上师，怎样才能真正将菩提心运用到日常生活中呢？

答：将菩提心运用到日常生活中，是非常非常困难的，但即便如此，慢慢训练自己也很有必要。

我个人而言，学佛那么长时间了，但也经常第一个念头就是“我”，对此感到特别惭愧。所以，我们应经常看些像阿底峡尊者等前辈大德的传记，一点一滴学习他们的行为，逐渐减轻对自我的执著。刚开始的时候，我们可能会天天想着“我”，但通过了解利他的重要、自我的毒害，对“我”就不会那么看重了。

当然，这不是一天两天或者一年两年，就能修成的。只有循序渐进、持之以恒，最终才会做到无论在何时何地，都能自然而然想到众生，而不是“我”。

其实，古往今来许多大德都是如此。包括我们学院的一些大德，最初也是下了很大功夫，长期训练自己不管是说话也好、做事也好，时时把利益众生放在第一，久而久之，菩

提心的境界才能运用自如。



（八）问：佛教讲用利他心来指导我们的行为，明显强调行为的动机，这样是否对行为的后果不够注重呢?

答：做任何一件事情，“因”才是最关键的。“因”好了，“果”自然就好；“因”不好，“果”也不可能好。就像农民种庄稼，种子颗粒饱满的话，才能结出沉甸甸的果实。同样，行为的动机正确了，行为的后果才会圆满。

所以，佛教中强调动机，并不是不注重后果，而是最有

智慧的注重后果。当然，有时候自己发心非常好，但事情却没有成功，这不是对结果不重视，而是由于因缘不具足。

（九）问：我是学传媒的，今年已经毕业了。我学佛吃素两年了，正在学《前行广释》，每天也会磕大头、念经、观修等。我真心希望所有众生都好，自己能今生成就来度化他们。

我一开始还能每天 5 点半起床，坚持念经、磕 200 个大头，但过了一两个月，内在的惰性、厌烦心就慢慢生起来了。我看您的法本里说："一个好的修行人，一生的修行都像一天一样固定。"但我的心力真的是不够，特别特别自责。

我师兄说："应该是这个样子，因为你发心越大，违缘越大。"我很想知道，为什么发心越大，违缘就越大呢？

答：首先，很赞叹你的修行精神，但我不承认发心越大，违缘越大。

虽然是有"道高一尺，魔高一丈"这种说法，世人也常讲"树大招风"，一个人的事业越大、修行越成功，旁边的违缘就可能越多。但这并不是千篇一律的，也有些人修行越

来越好时，一切违缘反而统统消失了。

所以，刚才你那个师兄的说法，我不太认可。现在有些人宣扬的道理似是而非，甚至有时候不懂装懂，别人听了却特别相信，把他的话当成金刚语一样对待，这样可能不太合理。

有时候，的确有些人刚开始非常精进，慢慢就有一些懒惰之举。但只要懂得了修行的重要性，学佛给自己也带来了真实的利益，此时你不会放弃的。

当然，作为一个大城市里的人，经常有说不尽的烦恼，这也是在所难免。但我相信，只要你的修行越来越精进，违缘就会越来越少，成就也会越来越快。

（十）问：我是山东中医药大学的学生。常看到校门口或路边有卖鳖、鱼的，我本想拯救这些生命，但俗话说："没有买卖，就没有杀害。"放生也是一种"买卖"。所以，我就对这种行为产生怀疑、自责，甚至更极端地想，会不会有一种人专门去捉来为了你放生。对此我该怎么做才对呢?

答：所谓的"买卖"，不一定都会带来"杀害"，就像

放生便是如此，所以，有时候需要具体问题具体分析。

当然，有些人为了我们放生，是会专门去捕捉一些鸟、鱼，但即便如此，生命也是最宝贵的，不管在什么情况下，都应把救护生命放在首位。

同时，我们在放生的时候，需要注意一些问题，例如不一定非要定期放生，否则，有些人就会摸准规律，专门在初一、十五或者佛的节日里，抓很多动物来高价出售。因此，我们应避开这样的时间，随时都可以放生。毕竟放生是一种偶尔的行为，一个月中随机放一两次，别人也猜不出你的计划，不会为了你放生而去抓。

所以，对于放生的行为，有些人可能需要考虑，若能如此，你所担忧的问题也就不存在了。

（十一）问：请上师开示，您有什么样的成就?

答：我没有什么成就，只是始终觉得佛法是真理，多年以来自己坚定认真地学习、修行，得到的收获非常大。这种心灵的财富、智慧的财富，很想跟世间上不同角落的人，尤其是苦难深重的人分享。只有这么一颗心，除此之外，没

有任何所谓的“成就”。

（十二）问：我是山东大学的博士生。佛教中提倡利他，但我主动去帮助别人，别人会不会因此而欠我的，被动接受了这种因果？这会不会与利他的观点冲突呢？

答：佛教中提倡的利他，是无条件的，不希求任何回报。在这种情况下，别人所接受的帮助，将来是不需要还债的。就像一个东西，我借给你，你以后要还；但若是送给你了，你就不用还了。

（十三）问：我是山大文学院的学生。我没有皈依佛教，有很多疑惑。请问，在佛陀之前，应该就有世界的存在了，那这个世界是怎么来的？是由谁创造的？

答：无论在任何场合，我都很高兴跟非佛教徒进行交流！按我们佛教的观点，在释迦牟尼佛之前，就曾有无数的佛陀出世，所以，这个世界并不只有释迦牟尼佛。

在佛陀之前便已存在的世界，不是由神或上帝创造的，佛教认为，这个世界是因缘而产生的。不仅仅是这个世界，

包括春夏秋冬的植物、千奇百怪的动物等，也无一不是如此。这方面的道理，在《俱舍论》、《瑜伽师地论》以及密宗的《时轮金刚》中有详细阐述。

